

ANTHONY DE MELLO

Copyright © 1990 by The Center for Spiritual Exchange
Awareness, The Perils and Opportunities of Reality

Această ediție a fost publicată prin înțelegere cu Rev. J.
Francis Stroud, S.J. Fordham University
Faber Hall Bronx NY

Copyright ©2003, Editura For You

Coperta: MONICA VIȘAN
Tehnoredactare: MONICA VIȘAN

CONȘTIENȚA

Capcanele și șansele realității

Traducere
Monica Vișan

Toate drepturile asupra versiunii în limba română aparțin
Editurii For You. Reproducerea integrală sau parțială, sub orice formă,
a textului din această carte este posibilă numai cu acordul prealabil
al Editurii For You.

Tel./fax. 021/6656223; 0744352963; e-mail monica.visan@fx.ro
<http://www.editura-foryou.ro>

EDITURA FOR YOU

CUPRINS

ACEASTĂ CARTE REPREZINTĂ O CULEGERE
DE CONFERINȚE DE SPIRITUALITATE, PE
CARE ANTHONY DE MELLO LE-A ȚINUT PE
PARCURSUL ANILOR.

Cuvânt înainte	7
Despre trezire	9
Vă voi fi de folos la acest seminar?	10
Despre egoismul corect și chiar indicat	12
Despre dorința de fericire	13
Vorbim oare despre psihologie, în acest curs de spiritualitate?	14
Nici renunțarea nu este o soluție	16
Ascultă și dezvăță-te	17
Mascarada carității	19
Ce se petrece în mintea ta?	24
Bun, rău, sau norocos	28
Iluzia noastră despre ceilalți	28
Observarea de sine	30
Conștiință, fără evaluarea a tot ce există	32
Iluzia recompenselor	36
Descoperirea de sine	37
Dezvăluirea ‚eu-lui’	39
Sentimente negative față de alții	42
Despre dependență	44
Cum apare fericirea	46
Frica – sursa violenței	51
Conștiința și contactul cu realitatea	51
Religia adevărată – contrariul inconștiinței	52
Etichete	59
Piedici în calea fericirii	60
Patru trepte către înțelepciune	62
Totul e în perfectă regulă cu lumea	67
Somnambulismul	69
Schimbarea ca lăcomie	71
O persoană schimbată	75
Atingerea stării de liniște	78

Pierderea competiției	82
Valoarea permanentă	84
Dorință, nu preferință	85
Cramponarea de iluzii	87
Amintiri pe care le prețuim	90
Să trecem la lucruri concrete	94
Când nu-ți mai găsești cuvintele	99
Condiționarea culturală	101
Realitatea trecută prin filtru	104
Detășarea	107
Iubire pătimasă	110
Mai multe cuvinte	111
Intenții ascunse	112
Capitularea	114
Capcane de tot felul	115
Moartea lui „mine”	117
Intuiție și înțelegere	118
Fără să forțezi lucrurile	121
Să devenim realiști	122
Imagini variate	123
Nimic despre iubire	125
Pierderea controlului	126
Ascultând viața	127
Sfârșitul analizei	129
Moartea anticipată	131
Tărâmul iubirii	133

CUVÂNT ÎNAINTE

Cu ocazia unei adunări între prieteni, lui Tony de Mello i s-a cerut să spună câteva cuvinte despre natura muncii sale. El s-a ridicat și a spus o poveste pe care a repetat-o mai târziu în conferințe și pe care o veți recunoaște în cartea sa „Cântecul păsării”.

Spre uimirea mea, el mi-a spus că această poveste este va-labilă și pentru mine.

Un om a găsit un ou de vultur și l-a pus în cuibarul unei găini de curte. Puiul de vultur a ieșit din ou o data cu puii de găina și a crescut împreună cu ei.

Toată viața lui, vulturul a făcut ceea ce au făcut și puii de curte, crezând că este pui de curte. A scurmat pământul după viermi și insecte. A cloncănit și a cotcodăcit. Dădea din aripi și zbura un pic în aer.

Anii au trecut și vulturul a îmbătrânit foarte tare. Într-o zi el a văzut o pasăre splendidă deasupra lui, pe cerul fără nori. Aceasta plana într-o grațioasă măreție printre curenții puternici, abia bătând din aripile sale viguroase, aurii.

Bătrânul vultur privi în sus cu venerație. „Cine e acesta?”, a întrebat el.

„Acesta este vulturul, regele păsărilor”, i-a spus vecinul său. „El aparține Cerului. Noi aparținem Pământului – noi suntem găini”. Și astfel vulturul a trăit și a murit ca o găină, pentru că asta a crezut că este.

Uimit? La început m-am simțit pur și simplu jignit! Oare mă asemuia el, în public, cu un pui de găină? Într-un fel – și da și nu. Insultă? În nici un caz! Acesta nu era felul lui Tony. Dar ne spunea mie și celorlalți oameni că, în ochii lui, eu eram „un vultur auriu”, inconștient de înălțimile la care mă puteam avân-

ta. Această poveste m-a făcut să înțeleg valoarea omului, adevărata sa iubire și respectul față de oameni – și să spun mereu adevărul. În aceasta consta munca sa – în trezirea oamenilor la realitatea măreției lor. Acesta era Tony de Mello, în forma lui cea mai bună, proclamând mesajul „trezirii”, văzând lumina care suntem pentru noi și pentru ceilalți, recunoscând că suntem mai buni decât o știam.

Să păstrez viu spiritul cuvintelor sale și să susțin spontaneitatea sa în fața unui public receptiv, folosindu-mă de cuvântul scris – aceasta a fost sarcina mea, după moartea lui. Mulțumită minunatului sprijin de care m-am bucurat din partea lui George McCauley, S.J., Joan Brady, John Culkin și a altora, mult prea numeroși pentru a-i numi, am surprins în mod minunat, în paginile care urmează, orele emoționante, distractive și provocatoare pe care Tony le-a petrecut comunicând cu oameni adevărați.

Bucurați-vă de carte. Lăsați cuvintele să vi se strecoare în suflet și ascultați – după cum v-ar sugera și Tony – cu inima. Ascultați-i poveștile și vi le veți auzi pe ale voastre.

Vă las acum cu Tony – un ghid spiritual, un prieten pe care îl veți avea pe viață.

J. Francis Stroud, S. J.
Centrul de Spiritualitate De Mello
Universitatea Fordham
Bronx, New York

DESPRE TREZIRE

Spiritualitate înseamnă trezire. Majoritatea oamenilor, chiar dacă nu o știu, sunt adormiți. Ei s-au născut adormiți, trăiesc adormiți, se căsătoresc în somn, nasc copii în somn, mor în somn – fără să se trezească vreodată. Nu înțeleg niciodată farmecul și frumusețea acestui lucru pe care noi îl numim existență umană. Știți că toți misticii – catolici, creștini, necreștini, indiferent de credință, indiferent de religie – sunt unanimi într-un singur lucru: că totul e bine, totul e bine. Chiar dacă totul e o harababură, totul este bine.

Ciudat paradox, desigur. Dar, în mod tragic, majoritatea oamenilor nu ajung să vadă că totul este bine, pentru că sunt adormiți. Au doar un coșmar.

Anul trecut, la televiziunea spaniolă am auzit o poveste despre un bărbat care bate la ușa fiului său. „Jamie”, spune el, „trezește-te!” Jamie răspunde: „Nu vreau să mă scol, tată.” Tatăl strigă, „Scoală-te, trebuie să mergi la școală.” Jamie spune: „Nu vreau să merg la școală.” „De ce nu?”, întreabă tatăl. „Din trei motive”, spune Jamie. „Primul, pentru că e atât de plictisitor; al doilea, copiii mă tachinează; și al treilea, pentru că urăsc școala”. Și tatăl îi spune: „Ei bine, eu îți voi da trei motive pentru care *trebuie* să mergi la școală. Primul, pentru că este responsabilitatea ta; al doilea, pentru că ai patruzeci și cinci de ani și al treilea, pentru că ești directorul școlii.” Trezește-te, trezește-te! Ai crescut. Ești prea mare să fii adormit. Trezește-te! Încetează să te mai joci cu jucăriile.

Cei mai mulți oameni îți spun că vor să treacă de grădiniță – dar să nu-i crezi. Nu-i crede! Tot ce vor de la tine este să le repari jucăriile stricate. „Dă-mi înapoi soția. Dă-mi înapoi slujba. Dă-mi înapoi banii. Dă-mi înapoi reputația mea, succesul meu.” Asta este ce vor ei; vor alte jucării în locul celor vechi.

Atât. Chiar și cel mai bun psiholog îți va spune că oamenii nu vor cu adevărat să fie vindecați. Ceea ce vor este alinare; vindecarea este dureroasă.

Trezirea este neplăcută, să știi. Te simți bine și confortabil în pat. E enervant să fii trezit. Acesta este motivul pentru care înțeleptul, guru, nu va încerca să trezească oamenii. Sper că voi fi înțelept aici și nu voi încerca vreodată să vă trezesc, dacă sunteți adormiți. În definitiv, nu este treaba mea, chiar dacă vă spun câteodată: „Trezii-vă!”

Datoria mea este să-mi fac treaba, să-mi fac numărul.

Dacă profitați de pe urma acestui lucru, bine; dacă nu, foarte rău! Cum spun arabii: „Natura ploii este aceeași, dar ea face să crească și spinii în mlaștini și flori în grădini.”

VĂ VOI FI DE FOLOS LA ACEST SEMINAR?

Credeți că voi fi de folos cuiva? Nu! O, nu, nu, nu, nu! Să nu vă așteptați să fiu de folos cuiva. Cum nici eu nu mă aștept să dăunez cuiva. Dacă sunteți influențați, voi ați făcut-o; și dacă ați fost ajutați, voi ați făcut-o. Chiar voi ați făcut-o! Credeți că oamenii vă ajută? Nu vă ajută. Credeți că oamenii vă sprijină? Nu vă sprijină.

Într-un grup de terapie pe care îl conduceam la un moment dat era o femeie. O călugăriță. Mi-a spus: „Nu mă simt sprijinită de maica superioară.” Așadar, i-am spus: „Ce vrei să zici cu asta?” Și ea mi-a răspuns: „Ei bine, maica superioară, cea locală, nu apare niciodată la cursurile de inițiere pentru novicele pe care le conduc. Niciodată nu-mi spune un cuvânt de apreciere.” Eu i-am spus: „Bine, hai să jucăm o scenetă. Să zicem că o cunosc pe maica superioară locală. De fapt, să zicem că știu exact ce gândește ea despre tine. Deci îți spun (jucând rolul maicii superioare locale): „Știi Mary, motivul pentru care eu nu vin acolo unde ești tu, este că e singurul loc din provincie fără necazuri – fără probleme. Știu că tu îl supraveghezi, deci totul este bine.” Cum te simți acum?” Ea mi-a spus, „Mă simt minunat.” Apoi i-am spus, „Vrei să ieși din cameră pentru un minut sau două? Aceasta face parte din exercițiu.”

Așa a și făcut. În timp ce era afară, le-am spus celorlalți din grupul de terapie: „Eu mai sunt încă maica superioară locală, bine? Mary, care tocmai a ieșit, este cel mai slab administrator începător din câți am avut vreodată în întreaga istorie a locului.

De fapt, motivul pentru care nu merg la inițiere este că nu-mi place deloc ceea ce face. E pur și simplu groaznic. Dar dacă îi spun adevărul, asta nu le va face pe novice decât să sufere și mai mult. Vom aduce pe cineva să-i ia locul într-un an sau doi; pregătim pe cineva. În același timp, m-am gândit să-i spun acele lucruri drăguțe, pentru a o face să continue. Ce credeți despre asta?” Ei au răspuns: „Ei bine, era singurul lucru pe care puteai să-l faci în situația asta.” După aceea am readus-o pe Mary în grup și am întrebat-o dacă se mai simțea la fel de minunat. „O, da,” a spus. Sărmana Mary! Credea că este sprijinită, când, de fapt, nu era. Ideea e că majoritatea sentimentelor și gândurilor noastre le evocăm noi înșine în capul nostru, inclusiv treaba asta cu oamenii care ne ajută.

Credeți că voi îi ajutați pe oameni pentru că vă sunt dragi? Ei bine, am să vă spun ceva. Niciodată nu iubiți pe nimeni. Sunteți doar îndrăgostiți de ideea preconcepută și plină de speranță despre acea persoană. Stați o clipă și gândiți-vă: Nu iubiți niciodată pe nimeni, ci sunteți îndrăgostiți de ideea preconcepută despre acea persoană. Nu așa se întâmplă când sentimentul de afecțiune se răcește? Ideea voastră se schimbă, nu-i așa? „Cum ai putut să mă dezamăgești, când eu am avut atâta încredere în tine?”, îi spui cuiva. Chiar ai avut încredere în acel om? Tu n-ai avut niciodată încredere în nimeni. Las-o baltă. Asta face parte din spălarea creierului de către societate. Tu n-ai încredere în nimeni, niciodată. Tu crezi doar în judecata ta despre acea persoană. Deci, de ce te mai plângi? Adevărul este că nu-ți place să spui: „Modul meu de a judeca a fost greșit.” Nu este foarte măgulitor pentru tine, nu-i așa? Așa că preferi să spui: „Cum ai putut să mă dezamăgești?”

Deci, iată ce se întâmplă: Oamenii nu vor să se maturizeze cu adevărat, oamenii nu vor să se schimbe cu adevărat, oamenii nu vor să fie fericiți cu adevărat. Așa cum mi-a spus odată cineva, cu multă înțelepciune: „Nu încerca să-i faci fericiți, vei

avea numai necazuri. Nu încerca să înveți un porc să cânte; tu îți pierzi vremea, iar pe porc îl enervează.” Ca omul de afaceri care intră într-un bar, se așează și vede un tip cu o banană în ureche – o banană în ureche! Și se gândește: „Mă întreb dacă ar trebui să-i atrag atenția. Nu, nu e treaba mea.” Dar gândul nu-i dă pace. Așa că, după ce a băut un pahar, două, îi spune tipului: „Scuză-mă, ai o banană în ureche.” Tipul spune: „Ce-ai zis?” Omul de afaceri repetă: „Ai o banană în ureche.” Din nou tipul întreabă: „Ce-ai zis?” „Ai o banană în ureche!”, strigă omul de afaceri. „Vorbește mai tare”, spune tipul: „Am o banană în ureche!”

Deci totul e în zadar. „Renunță, renunță, renunță”, îmi spun. Spune ce ai de zis și pleacă. Și dacă lor le este de folos, foarte bine – dacă nu, cu atât mai rău!

DESPRE EGOISMUL CORECT ȘI CHIAR INDICAT

Primul lucru pe care vreau să-l înțelegeți, dacă vreți cu adevărat să vă treziți, este acela că voi nu vreți să vă treziți. Primul pas spre trezire este să fiți îndeajuns de sinceri să recunoașteți că nu asta vă place. Nu vreți să fiți fericiți. Vreți un mic test? Hai să încercăm. Nu vă va lua decât un minut. Puteți să închideți ochii în timp ce faceți asta, sau puteți să-i țineți deschiși. Chiar nu contează. Gândiți-vă la cineva pe care îl iubiți foarte mult, cineva de care sunteți foarte apropiat, cineva care vă este foarte drag și spuneți-i acestei persoane din mintea voastră: „Mai degrabă aș vrea să am fericirea, decât să te am pe tine.” Vedeți ce se întâmplă. „Aș prefera să fiu fericit, decât să te am pe tine. Dacă aș avea de ales, fără îndoială că aș alege fericirea.” Oare există printre voi unii care au simțit că sunt egoiști, atunci când au spus asta? Mulți, se pare. Vedeți cum ni s-au spălat creierile? Vedeți cum ni s-au spălat creierile, încât am ajuns să gândim: „Cum am putut fi atât de egoist?” Dar uitați-vă la cine e egoist. Imaginați-vă pe cineva spunându-vă *vouă*: „Cum ai putut fi atât de egoist, încât să alegi fericirea în locul meu?” N-ai simți nevoia să răspunzi: „Scuză-mă, dar cum ai putut fi *tu* atât de egoist, încât *tu* să-mi ceri să te prefer pe tine în locul fericirii mele?!”

Odată, o femeie mi-a spus că, în copilărie, vărul ei iezeit

a organizat o conferință în biserica iezuită din Milwaukee. El deschidea fiecare conferință cu cuvintele: „Examenul iubirii este sacrificiul și etalonul iubirii este lipsa egoismului.”

Este extraordinar! Am întrebat-o: „Ai vrea să te iubesc cu prețul fericirii mele?” „Da”, mi-a răspuns ea.

Nu-i așa că-i nemaipomenit? Nu-i minunat? *Ea* m-ar fi iubit cu prețul fericirii *ei* și *eu* aș fi iubit-o cu prețul fericirii *mele* – și așa am fi avut *doi* oameni nefericiți ... dar, *trăiască iubirea!*

DESPRE DORINȚA DE FERICIRE

Spuneam că noi nu vrem să fim fericiți. Noi vrem alte lucruri. Sau, ca să spunem mai precis: nu vrem să fim fericiți în mod necondiționat. Sunt gata să fiu fericit, *cu condiția* să am asta, ailaltă. Dar asta ar însemna, de fapt, să-i spunem prietenului nostru, sau Dumnezeuului nostru, sau oricui: Ești fericirea mea! *Dacă nu te am pe tine*, refuz să fiu fericit.”

E atât de important să înțelegem acest lucru. Nu ne putem imagina să fim fericiți fără acele condiții. Cam așa este. Nu putem concepe să fim fericiți fără ele. Am fost învățați să plasăm fericirea noastră în ele.

Deci, acesta este primul lucru pe care trebuie să-l facem, dacă vrem să ne trezim – ceea ce este același lucru cu a spune: dacă vrem să iubim, dacă vrem libertate, dacă vrem bucurie și pace și spiritualitate. În acest sens, spiritualitatea este cel mai practic lucru din întreaga lume. Îi provoc pe toți să se gândească la ceva mai practic decât spiritualitatea, așa cum am definit-o eu – nu evlavie, nu devotament, nu religie, nu venerație, doar spiritualitate – să ne trezim, să ne trezim!

Priviți la suferința de pretutindeni, priviți la singurătatea, priviți la teama, confuzia, contradicțiile din inima oamenilor, la conflictul lăuntric, la conflictul exterior. Să presupunem că cineva v-a oferit o cale de a scăpa de toate acestea? Să presupunem că cineva v-a oferit o cale de a opri acea teribilă scurgere de energie, de sănătate, de emoție care vine din aceste conflicte și confuzie. Asta ați vrea?

Să presupunem că cineva ne-a arătat un mijloc prin care

ne-am iubi cu adevărat unul pe celălalt și am fi în pace și iubire. Vă puteți gândi la ceva mai practic decât asta? Dar, în schimb, voi aveți oameni ce gândesc că marile afaceri sunt mai practice, că politica e mai practică, că știința este mai practică.

Ce folos avem pe Pământ, trimițând un om pe lună – dacă *noi* nu putem trăi pe Pământ?

VORBIM OARE DESPRE PSIHOLOGIE, ÎN ACEST CURS DE SPIRITUALITATE?

Este psihologia mai practică decât spiritualitatea? Nimic nu este mai practic decât spiritualitatea. Ce poate să facă sărmanul psiholog? El nu poate decât să atenueze puțin presiunea. Eu însumi sunt psiholog și practic psihoterapia și am acest mare conflict în interior, atunci când am de ales între psihologie și spiritualitate. Mă întreb dacă asta are vreun înțeles pentru cineva. Pentru mine n-a avut nici un înțeles, timp de mulți ani.

Vă voi explica. N-a avut nici un sens pentru mine timp de mulți ani, până când am descoperit, dintr-o dată, că oamenii trebuie să sufere *îndeajuns de mult* într-o relație, ca să ajungă dezamăgiți de *toate* relațiile. Dacă stăm să ne gândim, nu este asta ceva îngrozitor? Trebuie să sufere *îndeajuns de mult* într-o relație, până să se trezească și să spună: „M-am săturat! Trebuie să existe o cale mai bună de a trăi, decât dependența de altă ființă umană.” Și ce făceam, eu ca psihoterapeut? Oamenii veneau la mine cu problemele relației lor, cu problemele lor de comunicare etc. și, câteodată, ceea ce am făcut a fost de ajutor. Dar câteodată, îmi pare rău să o spun, nu a fost, pentru că i-a menținut pe oameni în starea de somnolență. Poate că ar fi trebuit să fi suferit un pic *mai mult*. Poate ar trebui să ajungă la capătul puterilor și să spună. „M-am săturat de *tot*.”

Doar când ești sătul de suferința ta, poți să ieși din ea. Cei mai mulți dintre oameni merg la psihiatru sau la psiholog, pentru a căpăta alinare. Repet: pentru a căpăta alinare. Nu pentru a ieși din suferință.

Iată povestea micuțului Johnny, despre care se spune că

era retardat mintal. Dar devine evident că nu era, după cum veți afla din această poveste.

Johnny merge la ora de modelaj la școala lui pentru copiii speciali, primește bucata sa de lut și o modelează. Ia un mic bulgăre de lut, merge într-un colț al camerei și se joacă cu el. Profesorul vine la el și îi spune: „Bună, Johnny”. Și Johnny spune: „Bună”. Iar profesorul întreabă: „Ce ai acolo în mână?” Și Johnny spune: „Asta e o bucată de baligă de vacă.” Profesorul întreabă iar: „Ce faci din ea?” El răspunde: „Fac un profesor.”

Profesorul gândește: „Micuțul Johnny a regresat de-a binelea”. Așa că îl cheamă pe director, care tocmai trecea pe lângă ușă în acel moment, și-i spune: „Johnny a regresat”. Astfel că directorul merge la Johnny și îi spune: „Bună fiule”. Iar Johnny îi răspunde: „Bună”. Directorul întreabă: „Ce ai în mână?” Iar el îi spune: „O bucată de baligă de vacă”. „Ce faci din ea?” Iar el spune: „Un director.”

Directorul gândește că acesta este un caz pentru psihologul școlii și trimite după psiholog! Psihologul este un tip deștept. El merge și spune: „Bună.” Iar Johnny spune: „Bună”. Psihologul zice: „Știi ce ai în mână.” „Ce?” „O bucată de baligă de vacă”. Johnny spune: „Exact”. „Și știi ce faci din ea.” „Ce?” „Faci un psiholog”. „Greșit. Nu am destulă baligă de vacă!”

Iar ei ziceau că e retardat mintal!

Sărmanii psihologi, fac o treabă bună. Chiar asta fac. Sunt momente când psihoterapia este de un ajutor extraordinar, pentru că, atunci când ești pe punctul de a deveni nebun, de a-ți ieși din minți, ești pe cale fie de a deveni bolnav psihic, fie de a da în misticism. De aceea, misticul este opusul nebulului. Știi care este semnul ce arată că v-ați trezit? Este atunci când vă întrebați: „Sunt nebun eu, sau sunt ei cu toții nebuni?” Așa este, cu adevărat. Pentru că suntem cu toții nebuni! Întreaga lume este nebună. Nebuni dovediți. Singurul motiv pentru care nu suntem închiși la balamuc e acela că suntem atât de mulți. Deci, suntem nebuni.

Trăim cu idei nebunești despre iubire, despre relații, despre fericire, despre bucurie, despre tot. Am ajuns să cred că suntem într-atât de nebuni, încât, în caz că toată lumea este de acord

asupra unui lucru, poți să fii sigur că acel lucru e greșit! Fiecare idee nouă, fiecare idee mare, când a apărut prima dată, era a unei minorități formată dintr-unul singur.

Acel om numit Iisus Hristos – minoritate de unul. Toți spuneau altceva decât spunea el. Buddha – minoritate de unul. Toți spuneau altceva decât el. Cred că Bertrand Russell a fost cel care a spus: „Fiecare mare idee pornește ca o blasfemie.” Problema se pune bine și precis. Vei auzi multe blasfemii în zilele noastre. Pentru că oamenii sunt nebuni, sunt lunatici, iar cu cât îți dai seama mai devreme, cu atât e mai bine pentru sănătatea ta mentală și spirituală. Să n-ai încredere în ei. Să n-ai încredere în cei mai buni prieteni ai tăi. Lasă-te dezamăgit de prietenii tăi cei mai buni. Ei sunt foarte șmecheri. Așa cum ești și tu în relațiile tale cu toți ceilalți – cu toate că tu probabil nu o știi. Ah, tu ești atât de viclean, de subtil și iscusit. Îți faci bine numărul!

Nu sunt vorbe de laudă din partea mea, nu? Dar repet: voi vreți să vă treziți. Vă faceți numărul. Și nici măcar nu știți asta. Credeți că sunteți atât de iubitori. Ha! Pe cine iubiți? Până și faptul că vă sacrificați, vă face să vă simțiți bine, nu-i așa? „Mă sacrific! Îmi urmez idealul.” Dar obții ceva din asta, nu-i așa? Tu mereu obții ceva din tot ce faci – până când te trezești.

Deci, iată primul pas. Realizați că nu vreți să vă treziți. E destul de greu să te trezești, când ai fost hipnotizat să gândești că un rest de ziar vechi este un cec de un milion de dolari. Ce greu vă este să vă rupeți de acel rest de ziar vechi.

NICI RENUNȚAREA NU ESTE O SOLUȚIE

De câte ori practicați renunțarea, vă amăgiți. Ce ziceți de *asta*? Vă amăgiți. La ce renunțați? De câte ori renunțați la ceva, sunteți legați pe vecie de lucrul la care renunțați. Există un guru în India, care spune: „De fiecare dată când vine o prostituată la mine, nu vorbește decât de Dumnezeu. Ea spune, m-am săturat de această viață pe care o duc. Îl vreau pe Dumnezeu. Dar de câte ori vine un preot la mine, nu vorbește decât de sex.” Foarte bine, când renunțați la ceva, rămâneți fixați pentru totdeauna pe acel ceva. Când vă împotriviți la ceva, sunteți legați de acel ceva

pentru totdeauna. Atâta timp cât vă împotriviți, îi dați putere. Îi dați tot atâta putere, câtă folosiți să vă împotriviți.

Aceasta include comunismul și toate celelalte. Deci, trebuie să vă „primiți” și acceptați demonii – pentru că, atunci când vă luptați cu ei, îi întăriți. Nu v-a spus nimeni, niciodată, asta? Când renunți la ceva, ești legat de acel ceva. Singura cale de a ieși din asta este să privești prin acel ceva. Nu renunțați, *lăsați-vă privirea să treacă prin el*. Înțelegeți-i adevărata valoare și nu va mai fi nevoie să renunțați la el; vă va cădea doar din mâini. Dar bineînțeles, dacă nu vedeți asta, dacă sunteți hipnotizați gândind că nu veți fericiti fără un lucru sau altul, sunteți blocați.

Ceea ce trebuie să facem noi pentru tine, nu este ceea ce încearcă așa-zisa spiritualitate să facă – adică să te facă să faci sacrificii, să renunți la lucruri. E inutil. Ești încă adormit. Ceea ce trebuie să facem noi, este să te ajutăm să înțelegi, să înțelegi, să înțelegi. Dacă ai înțelege, ai renunța, pur și simplu, la dorința respectivă. Iată o altă modalitate de a o spune: Dacă te-ai trezi, ai renunța, pur și simplu, la dorința respectivă.

ASCULTĂ ȘI DEZVĂȚĂ-TE

Unii dintre noi ajung să se trezească, datorită realităților dure ale vieții. Suferim atât de mult, încât ne trezim. Dar oamenii continuă să se arunce în viață, iar și iar. Ei încă mai continuă să se poarte ca niște somnambuli. Nu se trezesc niciodată. În mod tragic, lor nu le trece prin cap că ar putea exista o altă cale. Nu le trece niciodată prin cap că ar putea exista o cale mai bună.

Dar dacă tu încă nu ai fost lovit suficient de viață și nu ai suferit îndeajuns, atunci mai este o cale: să ascuți. Nu mă refer la faptul că trebuie să fii de acord cu ce-ți spun eu. Asta ar însemna să nu ascuți. Crede-mă, chiar nu contează dacă ești de acord cu ceea ce spun eu, sau nu. Pentru că acordul și dezacordul au de-a face cu cuvintele, conceptele și teoriile. Ele nu au nimic de-a face cu adevărul.

Adevărul nu este niciodată exprimat în cuvinte. Adevărul este observat dintr-o dată, ca rezultat al unei anumite atitudini. Deci, puteți să nu fiți de acord cu mine – și totuși să vedeți

adevărul. Dar trebuie să existe o atitudine de deschidere, de bunăvoință, de a descoperi ceva nou. Acest lucru este important – și nu a fi sau a nu fi de acord cu mine. În fond, cel mai mult din ceea ce vă dau eu sunt numai teorii. Nici o teorie nu înglobează realitatea, în mod adecvat. Deci eu pot să vă vorbesc nu despre adevăr, ci despre piedicile către adevăr. Pe acestea le pot descrie. Nu pot descrie adevărul. Nimeni nu poate.

Tot ce pot să fac este să vă dau o descriere a falsităților voastre, astfel încât să renunțați la ele. Tot ce pot să fac pentru voi, este să lansez o provocare convingerilor și sistemului vostru de credințe, care vă fac nefericiți. Tot ce pot să fac este să vă ajut să vă dezvățați. Asta înseamnă învățarea din punct de vedere al spiritualității: dezvățarea, dezvățarea de aproape tot ce ați fost învățați. Bunăvoința de a vă dezvăța, de a asculta.

Ascultați, așa cum o fac cei mai mulți, cu intenția de a vă confirma ceea ce gândiți deja? Observați-vă reacțiile, pe măsură ce vorbesc. În mod frecvent, veți fi surprinși, șocați, scandalizați, sau iritați, sau plictisiți, sau frustrați.

Ori veți spune: „Grozav!”

Dar nu cumva ascultați, doar pentru a căpăta confirmarea celor ce le gândiți deja? Sau ascultați cu intenția de a descoperi ceva nou? Asta este ceva important. E greu pentru oamenii care dorm. Iisus a adus vești bune – și cu toate astea a fost respins. Nu pentru că erau bune, ci pentru că erau noi. Noi detestăm noul, Urâm noul! Și, cu cât ne confruntăm mai repede cu acest fapt, cu atât mai bine. Nu vrem lucruri noi, mai ales când ele ne tulbură, mai ales când implică schimbarea. Mai ales când ne pun în situația de a spune: „Am greșit”.

Îmi amintesc că m-am întâlnit în Spania cu un iezuit de 87 de ani; care îmi fusese profesor și pastor în India, cu treizeci sau patruzeci de ani în urmă. El participa la un seminar ca acesta. „Ar fi trebuit să te aud vorbind acum șaiszeci de ani,” a spus el. Știi ceva? M-am înșelat toată viața mea.” Dumnezeuule, să auzi așa ceva! E ca și cum te-ai uita la una dintre minunile lumii.

Aceasta, doamnălor și domnilor, este *credința*! O deschidere către adevăr, indiferent de consecințe, indiferent unde vă duce – și când nici măcar nu știți unde urmează să vă ducă.

Aceasta este credință. *Nu* convingere, ci credință. Convingerile voastre vă dau multă siguranță, dar credința înseamnă nesiguranță. Nu știi. Ești gata să o urmezi și ești deschis, larg deschis! Ești gata să ascuți. Și, fiți atenți: să fii deschis nu înseamnă să fii credul, nu înseamnă să înghiți orice îți spune cel care vorbește. O, nu. Trebuie să contestați tot ce spun. Dar să contestați de pe o poziție de deschidere, nu cu o atitudine de înverșunare. Și mai ales, să contestați totul. Aduceți-vă aminte de acele cuvinte minunate ale lui Buddha, când a spus: „Călugării și discipolii nu numai că nu trebuie să-mi accepte cuvintele din respect, dar să le și analizeze așa cum un aurar analizează aurul – tăindu-l, răzuindu-l, frecându-l, topindu-l”.

Atunci când faceți asta, voi ascultați. Ați făcut un alt mare pas către trezire. Primul pas, după cum am spus, a fost bunăvoința de a recunoaște că nu vreți să vă treziți, că nu vreți să fiți fericiți. În sinea voastră există tot felul de împotriviri la aceasta. Al doilea pas este bunăvoința de a înțelege, de a asculta, de a lansa o provocare întregului vostru sistem de convingeri. Nu doar convingerilor voastre religioase, convingerilor voastre politice, convingerilor voastre sociale, convingerilor voastre psihologice – ci tuturor convingerilor. Bunăvoința de a le reconsidera pe toate, ca în metafora lui Buddha. Și aici vă voi da o mulțime de ocazii să faceți acest lucru.

MASCARADA CARITĂȚII

Caritatea este, în realitate, interesul personal mascat sub forma altruismului. Voi spuneți că este foarte greu să acceptați că pot fi momente când nu sunteți sinceri cu adevărat, încercând să fiți iubitori sau cinstiți. Lăsați-mă să simplific. Hai s-o spunem cât se poate de simplu. S-o spunem chiar cât se poate de inteligibil și tranșant, măcar pentru început. Sunt două tipuri de egoism. Primul tip este cel în care îmi ofer plăcerea de a-mi face pe plac. Aceasta este ceea ce numim noi, în general, egocentrism. Al doilea este atunci când îmi ofer plăcerea de a le face altora pe plac, care este un tip mai rafinat de egoism.

Primul este foarte evident, dar al doilea este ascuns, foar-

te ascuns și, de aceea, mai periculos, deoarece chiar ajungem să simțim că suntem cu adevărat grozavi. Dar poate că, în fond, nu suntem atât de grozavi. Protestați când spun asta? E grozav!

Dumneavoastră, doamnă, spuneți că, în cazul dumneavoastră, locuiți singură și mergeți la biserică și oferiți câteva ore din timpul dumneavoastră. Dar, mai recunoașteți și că, de fapt, faceți acest lucru dintr-un motiv egoist – nevoia de a fi necesară – și de asemenea știți și că aveți nevoie să simțiți că le sunteți necesară altora, într-un mod care vă asigură că aveți o contribuție cât de mică în lume. Dar mai pretindeți și că, întrucât și ceilalți au nevoie ca dumneavoastră să procedați așa, toată lumea are de câștigat.

Sunteți aproape lămurită! Trebuie să învățăm de la dumneavoastră. Așa este. Spuneți: „Dau ceva, primesc ceva”. Aveți dreptate. „Ies să ajut, dau ceva, primesc ceva.” E frumos. E adevărat. E real. Dar aceea nu este caritate – ci este, în mod clar, interes propriu.

Și dumneavoastră, domnule, arătați că Evanghelia lui Iisus este, în cele din urmă, o evanghelie a interesului propriu. Dobândim viață eternă prin actele noastre de caritate. „Veniți, cei binecuvântați de tatăl meu ... când eu am fost flămând, voi mi-ați dat să mănânc” ... și așa mai departe. Dumneavoastră spuneți că aceasta confirmă perfect ceea ce am zis. Când ne uităm la Iisus, spuneți dumneavoastră, vedem că actele sale de caritate au fost acte de interes personal extrem – să cucerească suflete pentru viață eternă. Și considerați că asta este întreaga forță și semnificație a vieții: atingerea interesului propriu, prin acte de caritate.

Bine. Dar vedeți, dumneavoastră trișați puțin, pentru că ați adus în discuție religia. E justificat. E întemeiat. Dar cum ar fi dacă m-aș ocupa de Evanghelii, de Biblie, de Iisus, până la *sfârșitul* acestei conferințe. Voi spune acum ceva, pentru a complica lucrurile și mai mult. „Am fost flămând și voi mi-ați dat să mănânc, mi-a fost sete și voi mi-ați dat să beau” – și ce-au răspuns ei? „Când? Când am făcut asta? Habar n-aveam.” Ei erau inconștienți!

Câteodată îmi imaginez că se întâmplă ceva îngrozitor, când Preamăritul spune: „Am fost flămând și voi mi-ați dat să

mănânc” și oamenii din dreapta spun: „E adevărat, Doamne, știu.” „Nu vorbeam cu voi”, le spune El. „Nu respectă scenariul; nu *ar fi trebuit* să știți.” Nu-i așa că-i interesant? Dar *dumneavoastră* știți. Cunoașteți plăcerea interioară pe care o aveți, în timp ce faceți acte de caritate. Aha! E adevărat! Este exact opusul cuiva care spune: „Ce-am făcut atât de nemaipomenit? Am făcut ceva, am obținut ceva. Nu mă gândeam că fac un lucru bun. Mâna mea stângă nu știa nimic despre ce făcea mâna mea dreaptă.” Știți, un bine nu este niciodată atât de bun, ca atunci când nu vă dați seama că faceți bine. Niciodată nu sunteți atât de buni, ca atunci când nu sunteți conștienți că sunteți buni. Sau, cum ar spune marele Sufi: „Ești sfânt, atât timp cât nu știi acest lucru.” Când nu ești conștient de sine! Nu ai conștiința de sine!

Unii dintre voi obiectează la această idee. Voi spuneți: „Oare plăcerea pe care o primesc când ofer, nu este ea însăși viața eternă – chiar aici și acum?” Nu știu. Eu o numesc plăcere – plăcere și nimic mai mult, cel puțin deocamdată, cel puțin până când intrăm în religie, ceva mai târziu. Dar vreau ca voi să înțelegeți ceva chiar de la început, că religia nu este – repet, *nu este* – în mod necesar asociată cu spiritualitatea. Vă rog lăsați religia deoparte, deocamdată.

Bine, întrebați voi, ce spuneți de soldatul care se aruncă pe o grenadă, pentru a o împiedica să-i rănească pe alții? Și ce-i cu omul care s-a urcat la volanul unui camion plin cu dinamită și s-a îndreptat către tabăra americană din Beirut? Ce spuneți de el? „Iubire mai mare decât asta nu are nimeni.” Dar nu asta cred americanii. El a făcut-o intenționat. A fost groaznic, nu-i așa? Dar el n-ar crede asta, vă asigur. El s-a gândit că va merge în rai. Așa este. Exact ca soldatul vostru care s-a aruncat pe grenadă.

Încerc să ajung la o imagine a unei acțiuni în care nu există sine, în care ești trezit și ceea ce faci este făcut prin tine. Acțiunea ta, în cazul acesta, devine o întâmplare. „Lasă să mi se facă mie.” Nu exclud asta. Dar când *tu* ești cel care o face, îmi sună a egoism. Chiar și dacă-i numai: „Voi fi pomenit ca un mare erou”, sau „N-aș mai fi în stare să trăiesc niciodată, dacă n-aș face asta. N-aș mai fi în stare să mă împac cu gândul, dacă aș fugi”. Dar aduceți-vă aminte că nu exclud celalalt tip de faptă.

N-am spus că nu mai există deloc fapte în care nu e nici urmă de egoism. Poate că există. Va trebui să cercetăm asta. O mamă care salvează un copil – care salvează copilul *ei*, spui tu. Dar cum de nu salvează copilul vecinului? E vorba de acel *al ei*. Este soldatul care moare pentru țara *lui*. Multe astfel de morți mă frământă. Mă întreb: „Sunt ele rezultatul spălării de creier?” Martirii mă frământă. Cred că adesea au creierele spălate. Martirii musulmani, martirii hinduși, martirii budiști, martirii creștini – toți au creierele spălate. Au avut o idee în cap, aceea că trebuie să moară, că moartea este un lucru mare. Nu simt nimic, merg direct la țintă. Dar nu toți – deci, ascultați-mă cu atenție. Nu am spus *toți*, dar n-aș exclude posibilitatea. Mulți dintre comuniști ajung să aibă creierele spălate (ești dispus să crezi asta?). Au creierele spălate într-atât, încât sunt gata să moară.

Câteodată îmi spun că procedura prin care facem, de exemplu, un Sfântul Francis Xavier, ar putea fi exact același proces folosit pentru producerea teroriștilor. Poți avea un om care să meargă la o conferință de treizeci de zile și să iasă de acolo înflăcărat de iubirea lui Christos – și, cu toate astea, fără să aibă nici cea mai mică urmă de conștiință de sine. Nici una! Ar putea fi o pacoste. El crede că este un mare sfânt. Nu intenționez să-l denigrez pe Francis Xavier, care probabil a fost un mare sfânt, dar a fost un om alături de care era dificil să trăiești. Știți că a fost un conducător prost – chiar așa a fost!

Faceți o cercetare istorică. Ignatius trebuia mereu să intervină și să îndrepte stricăciunile pe care acest om bun le făcea, prin intoleranța lui. Trebuie să fii destul de intolerant să realizezi ce a realizat el. Mergi, mergi, mergi, mergi – nu contează câte cadavre cad pe marginea drumului. Unii critici ai lui Francis Xavier chiar asta și susțin. El obișnuia să destituie oameni din Societatea noastră și ei apelau la Ignatius, care spunea: „Veniți la Roma și vom discuta despre asta.” Iar Ignatius îi repunea în funcție, pe ascuns.

Cât de multă conștiință de sine era acolo, în această situație? Nu știm cine suntem noi, ca să avem dreptul să judecăm.

Nu spun că nu există un astfel de lucru, ca motivația pură. Spun că, în mod normal, tot ceea ce facem este în interesul nos-

tru propriu. Totul. Când faci ceva pentru iubirea lui Christos, este oare și acela egoism? Da. Când faci ceva pentru iubirea oricui, este oare în interesul tău personal. Va trebui să explic asta.

Să presupunem că locuiești în Phoenix și hrănești peste cinci sute de copii pe zi. Aceasta îți dă un sentiment de bine? Ei bine, te-ai aștepta să-ți dea un sentiment neplăcut? Câteodată îți dă. Și aceasta, pentru că există unii oameni care fac lucrurile în așa fel, încât *să nu trebuiască să se simtă prost*. Iar ei numesc *aceea* caritate. Acționează dintr-un sentiment de vinovăție. Aceea nu este iubire. Dar, slavă Domnului, tu faci servicii oamenilor și este plăcut. Minunat! Ești o persoană sănătoasă, pentru că ești interesat direct și personal. Asta-i ceva sănătos.

Lăsați-mă să sintetizez ce spuneam despre caritatea fără interes personal. Am spus că erau două tipuri de egoism; poate că ar fi trebuit să spun trei.

Primul, când fac ceva, sau, mai degrabă, când îmi ofer plăcerea de a-mi face pe plac.

Al doilea, când îmi ofer plăcerea de a le face altora pe plac. Nu te mândri cu asta. Nu te crede o persoană importantă. Ești o persoană foarte obișnuită, dar ai căpătat gusturi rafinate. Gustul tău este bun, dar nu de calitatea spiritualității tale. Când erai copil, îți plăcea Coca-Cola; acum ai crescut și apreciezi berea rece, într-o zi caniculară. Ai căpătat gusturi mai bune, acum. Când erai copil, îți plăcea ciocolata; acum, când ești mai mare, te bucuri de o simfonie, te bucuri de o poezie. Ai gusturi mai bune. Dar îți obții plăcerea la fel, cu excepția faptului că acum e plăcerea de a le face pe plac altora.

Apoi există un al treilea tip, care este cel mai rău: când faci ceva bun, ca să nu te simți prost. Când îl faci, nu ai un sentiment de bine, ci un sentiment neplăcut. Urăști acel lucru. Faci sacrificii din iubire, dar cârtești. Ha! Cât de puțin te cunoști, dacă gândești că tu nu procedezi astfel.

Dacă aș fi căpătat un dolar, de fiecare dată când am făcut lucruri care mi-au dat un sentiment neplăcut, aș fi fost milionar până acum. Știi cum se petrec lucrurile, nu-i așa? „Aș putea să mă întâlnesc diseară cu tine, părinte?” „Da, vino!” Nu vreau să mă întâlnesc cu el și detest să-l văd. Vreau să mă uit la o anu-

mită emisiune la televizor în seara asta – dar cum să-i spun nu? Nu am tupeul să spun nu. „Vino!”, zic eu, dar gândesc: „O, Doamne, ce chin trebuie să suport!”

Nu-mi dă un sentiment de bine să mă întâlnesc cu el și nu-mi dă un sentiment de bine să-i spun nu, deci îl aleg pe cel mai mic dintre cele două rele și spun: „Bine, vino.” Voi fi fericit când acest lucru se va termina și voi fi în stare să renunț la zâmbetul de formă, dar încep ședința cu el: „Ce mai faci?” „Minunat”, spune el și-mi tot vorbește despre cât de mult iubește seminarul, iar eu mă gândesc: „O, Doamne, când are de gând să treacă la subiect?” În sfârșit ajunge la subiect, îl trântesc de pereți, la figurat, și spun: „Ei bine, orice prost ar fi putut rezolva singur acest tip de problemă” și-l trimit afară. „Am scăpat de el”, spun eu. Și în dimineața următoare, la micul dejun (pentru că simt că am fost atât de nepoliticos) merg la el și îi spun: „Ce mai faci?” Iar el răspunde: „Destul de bine”. Și adaugă: „Știi, ceea ce mi-ai spus aseară, mi-a fost de mare ajutor. Se poate să ne întâlnim azi după masă?” O, Doamne!

Aceasta este cea mai rea formă de caritate – când faci ceva ca să nu te simți prost. Nu ai curajul să spui că vrei să fii lăsat în pace. Vrei ca oamenii să creadă că ești un preot bun! Când spui: „Nu-mi place să-i rănesc pe oameni”, eu spun: „Las-o baltă! Nu te cred.” Nu cred pe nimeni care spune că lui sau ei nu-i place să rănească oamenii. Ne place să-i rănim pe oameni, mai ales pe unii oameni. Adorăm asta. Și când altcineva pricinuieste suferința, ne bucurăm de acest lucru. Dar nu vrem să pricinuiim durerea noi înșine, pentru că *noi înșine* vom suferi! Ah, asta este. Dacă noi producem suferința, alții vor avea o părere proastă despre noi. Nu ne vor mai plăcea, vor vorbi împotriva noastră – și așa ceva nu ne place !

CE SE PETRECE ÎN MINTEA TA?

Viața este un festin. Iar tragedia este că cei mai mulți oameni mor de foame. De fapt, despre asta vorbesc acum. Există o poveste drăguță despre niște oameni care erau pe o plută în largul coastei Braziliei și piereau de sete. Habar n-aveau că apa

pe care pluteau era apă dulce. Râul se vărsa în mare cu atâta forță, încât pătrundea câteva mile în mare, deci ei aveau apă dulce, chiar acolo unde erau. Dar ei habar n-aveau!

Tot astfel, noi suntem înconjurați de bucurie, de fericire, de iubire. Cei mai mulți oameni nu au nici cea mai vagă idee despre asta. Motivul? Au creierele spălate. Motivul? Sunt hipnotizați; sunt adormiți. Imaginați-vă un magician pe scenă, care hipnotizează pe cineva, astfel încât persoana vede ce nu este acolo și nu vede ce este. Despre asta e vorba. Căiește-te și acceptă veștile bune. Căiește-te! Trezește-te! Nu boci pentru păcatele tale. De ce te tângui pentru păcatele pe care tu le-ai făcut în somn? Ai de gând să plângi pentru ce-ai făcut în starea ta de hipnoză? De ce vrei să te identifici cu o astfel de persoană?

Trezește-te! Trezește-te! Căiește-te! Adoptă o nouă min-te. Adoptă un nou fel de a privi lucrurile! Pentru că „împărăția (ce-rurilor) este aici!” Sunt rari creștinii care iau asta în serios. V-am spus că primul lucru pe care trebuie să-l faceți este să vă treziți, să acceptați faptul că nu vă place să fiți treziți. Preferați mai degrabă să aveți toate lucrurile pe care, prin hipnoză, ați ajuns să le considerați atât de valoroase pentru voi, atât de importante pentru viața voastră și pentru supraviețuirea voastră.

În al doilea rând, să înțelegeți. Să înțelegeți că poate aveți idei greșite și că aceste idei sunt cele care vă influențează viața și v-o fac dezordonată așa cum este acum și vă mențin adormiți. Idei despre iubire, idei despre libertate, idei despre fericire și așa mai departe. Și nu este ușor să ascuți pe cineva care ar pune la îndoială aceste idei ale voastre – idei care au că-pătat atâta valoare pentru voi.

S-au făcut unele studii interesante despre spălarea creierului. S-a demonstrat că vi se spală creierul, atunci când acceptați sau „preluați” o idee care nu vă aparține, care este a altcuiva. Dar lucrul amuzant este că voi ați fi gata să muriți pentru această idee. Nu vi se pare ciudat? Primul test care arată dacă vi s-a spălat creierul și dacă ați preluat convingeri și credințe are loc în momentul în care sunt atacate aceste idei. Sunteți surprinși, reacționați emoțional. Este un semn destul de bun – nu infailibil, dar un semn destul de bun – că avem de-a face cu spălarea de creier.

Sunteți gata să muriți pentru o idee care nu a fost niciodată a voastră. Fie că e vorba despre teroriști sau sfinți (așa-numiți), oamenii acceptă o idee, o înghit cu totul și sunt gata să moară pentru ea. Nu este ușor să ascultați, mai ales când deveniți emoționali în legătură cu o idee. Și chiar când nu deveniți emoționali în această privință, nu e ușor să ascultați; voi ascultați mereu de programarea voastră, de condiționarea voastră, de starea voastră hipnotică. În mod frecvent, voi interpretați totul ca fiind spus în termenii stării voastre hipnotice, sau ai condiționării voastre, sau ai programării voastre. Ca fata care ascultă un curs despre agricultură și spune: „Scuzați-mă domnule, știți, sunt întru totul de acord cu dumneavoastră că îngrășământul cel mai bun este bălegarul de cal ținut să se învechească. Nu vă supărați, ne-ați putea spune cât trebuie lăsat calul să îmbătrânească?” Vedeți unde bate?

Fiecare avem poziția noastră, nu-i așa? Și ascultăm *de pe acele poziții*. „Henry, cât de mult te-ai schimbat! Erai atât de înalt – și ai devenit atât de scund. Erai atât de bine făcut – și ai devenit atât de slab. Erai atât de bălai – și ai devenit atât de negricios. Ce ți s-a întâmplat, Henry?” Henry spune: „Eu nu sunt Henry. Eu sunt John.” „O, ți-ai schimbat și numele!”

Cum îi faci pe astfel de oameni să asculte?

Cel mai greu lucru din lume este să ascuți, să vezi. Noi nu vrem să vedem. Credeți că un capitalist vrea să vadă ce este bun în sistemul comunist? Credeți că un comunist vrea să vadă ce este bine și sănătos în sistemul capitalist? Credeți că un om bogat vrea să se uite la oamenii săraci? Noi nu vrem să privim, pentru că, dacă o facem, s-ar putea să ne schimbăm. Noi nu vrem să privim. Dacă privești, pierzi controlul vieții pe care abia o mai ții la un loc. Și așa, pentru a te trezi, singurul lucru de care ai nevoie cel mai mult nu este energia, forța, tinerețea, sau chiar marea inteligență.

Singurul lucru de care ai nevoie cel mai mult este disponibilitatea de a învăța ceva nou. Șansele că te vei trezi sunt direct proporționale cu cantitatea de adevăr pe care o poți accepta, fără să o iei la fugă. Cât de mult ești pregătit să accepți? Cât de mult din tot ce-ți este drag ești gata să distrugi, fără să dai bir cu fugiții? Cât de pregătit ești să te gândești la ceva necunoscut?

Prima reacție este una de frică. Nu că ne-ar fi frică de necunoscut. Nu-ți poate fi frică de ceva ce nu știi. Nimănui nu-i este frică de necunoscut. Cea de care îți este frică, este pierderea cunoscutului. De asta îți este frică.

Prin intermediul unui exemplu, am arătat că tot ce facem este infestat cu egoism. Nu vă e ușor să auziți asta. Dar gândiți-vă doar un minut și hai să intrăm ceva mai adânc în subiect. Dacă tot ce faceți vine din interes propriu – manifest sau nu – cum vă face asta să vă simțiți în privința tuturor actelor voastre de caritate, sau a tuturor faptelor voastre bune? Ce se întâmplă cu ele? Iată un mic exercițiu pentru voi.

Gândiți-vă la toate faptele bune pe care le-ați făcut, sau măcar la unele dintre ele (pentru că vă dau doar câteva secunde). Acum înțelegeți că ele chiar au izvorât din interes propriu – fie că ați știut asta, fie că nu. Ce se întâmplă cu mândria voastră? Ce se întâmplă cu vanitatea voastră? Ce se întâmplă cu acel sentiment de bine pe care vi l-ați oferit, acea bătaie prietenească pe umăr, de fiecare dată când ați făcut ceva ce credeți că este atât de caritabil? Devine descurajant, nu-i așa? Ce se întâmplă cu acea privire aruncată de sus vecinului tău, despre care tu credeai că e atât de egoist? Întreaga situație se schimbă, nu-i așa?

„Ei bine”, spui tu „vecinul meu are gusturi mai proaste decât mine.” Ești o persoană extrem de periculoasă – chiar ești. Se pare că Iisus Christos a avut mai puțin de furcă cu celălalt tip de oameni, decât cu cei de genul tău. Mult mai puțin. Avea de furcă doar cu oameni care erau cu adevărat convinși că sunt buni. Alte tipuri se pare că nu i-au făcut prea multe probleme, aceștia fiind cei care erau egoiști pe față și știau acest lucru.

Vedeți cât de eliberator este?

Hei, treziți-vă! Este eliberator. Este minunat!

Vă simțiți abătuți? Poate că sunteți. Nu e minunat să realizezi că nu ești mai bun decât oricine altcineva din lumea asta? Nu e minunat?

Sunteți dezamăgiți? Ia te uită ce am scos la lumină! V-am atins în vanitatea voastră? Ați dori să vă oferiți un sentiment de bine, știind că sunteți mai buni decât alții. Dar uite cum am scos la lumină o minciună!

BUN, RĂU, SAU NOROCOS

Mie mi se pare că egoismul vine dintr-un instinct de conservare, care este instinctul cel mai profund și mai primar. Cum putem opta pentru lipsa de egoism? Ar fi aproape ca și cum am opta pentru non existență. Mie mi s-ar părea la fel ca non existența. Orice ar fi, eu spun: *Nu te mai simți prost din cauza egoismului; suntem toți la fel.* Odată, cineva a avut de spus ceva teribil de frumos despre Iisus. Această persoană nici măcar nu era creștină. El a spus: „În ceea ce Îl privește pe Iisus, lucrul minunat e că se simțea atât de mult ca acasă printre păcătoși, pentru că înțelegea că nu era cu nimic mai bun decât ei.” Noi ne deosebim de alții – de criminali, de exemplu – doar prin ceea ce facem, sau prin ceea ce nu facem, *nu prin ceea ce suntem.* Singura diferență între Iisus și ceilalți a fost că El era trezit, iar ceilalți nu. Uită-te la oamenii care câștigă la loterie. Spun ei, oare: „Sunt atât de mândru să accept acest premiu, nu pentru mi-ne, ci pentru nația și pentru societatea mea”? Vorbește cineva așa, atunci când câștigă la loterie? Nu. Pentru că omul acela a fost *norocos, foarte norocos.* Deci, a câștigat la loterie premiul cel mare. E asta ceva de care să fie mândru?

Tot astfel, dacă ai dobândi iluminarea, ai face-o în interes propriu și ai fi norocos. Vrei să te mândrești cu asta? Ce este de fală în asta? Nu vezi cât de extrem de stupid este să fii orgolios pentru faptele tale bune? Fariseul nu a fost un om rău – a fost un om prost. A fost prost, nu rău. N-a stat să se gândească. Odată, cineva a spus: „Nu îndrăznesc să mă opresc să gândesc, pentru că, dacă aș face-o, nu aș ști cum s-o iau iar de la început.”

ILUZIA NOASTRĂ DESPRE CEILALȚI

Deci, dacă te-ai opri să gândești, ai vedea că nu este nimic de care să fii mândru, la urma urmei. Cu ce influențează acest lucru relația ta cu oamenii? De ce te plângi? Un tânăr vine să se plângă că prietena lui l-a dezamăgit, că nu a fost sinceră. Poate fi întrebare: „De ce te plângi? Te așteptai la ceva mai bun?

Așteaptă-te la ce-i mai rău – ai de a face cu oameni egoiști. Tu ești fraierul – tu ai ridicat-o în slăvi, nu-i așa? Ai crezut că este o prințesă, ai crezut că oamenii sunt de treabă. Nu sunt. Ei nu sunt de treabă. Sunt la fel de răi ca și tine – răi, înțelegi? Sunt adormiți ca și tine. Și ce crezi că au de gând să caute? Propriul lor interes, exact ca și tine. Nici o diferență.

Îți imaginezi cât de eliberator este că nu vei mai fi nicio dată deziluzionat, că nu vei mai fi nicio dată dezamăgit? Nu te vei mai simți trădat nicio dată. Nu te vei mai simți nicio dată respins. Vrei să te trezești? Vrei fericire? Vrei libertate? Iată: Aruncă ideile tale false. Vezi prin oameni. Dacă vei vedea prin tine, vei vedea prin toată lumea. Apoi îi vei iubi. Altfel, îți petreci tot timpul luptându-te cu părerile tale greșite despre ei, cu iluziile tale care se lovesc, în mod constant, de realitate.”

Probabil că e absolut surprinzător pentru mulți dintre voi să înțelegeți că de la fiecare om – cu excepția a foarte puține persoane care s-au trezit – se poate aștepta să fie egoist și să-și urmărească interesul propriu, în mod fie grosolan, fie rafinat. Asta vă îndeamnă să vă dați seama că nu există nimic pentru care să fiți dezamăgiți, nimic de care să fiți deziluzionați. Dacă ați fi păstrat tot timpul legătura cu realitatea, nu ați fi fost dezamăgiți vreodată. Dar voi ați ales să zugrăviți oamenii în culori aprinse; ați ales să nu vedeți prin ființele umane, pentru că ați ales să nu vedeți prin voi înșivă. Iar acum trebuie să plătiți.

Înainte de a discuta toate astea, dați-mi voie să vă spun o poveste. Odată, cineva a întrebat: „Cum este iluminarea? Cum este trezirea?” La fel ca cerșetorul din Londra, care își pregătea culcușul pentru noapte. Cu greu căpătase o coajă de pâine. Apoi, a ajuns pe cheiul Tamisei. Ploua mărunț, așa că s-a ghemuit în vechiul lui palton zdrențuit. Era pe cale să adoarmă, când, deodată, oprește un Rolls-Royce cu șofer. Din mașină coboară o doamnă tânără și frumoasă, care îi spune: „Sărmane om, ai de gând să-ți petreci noaptea aici, pe chei?” Iar cerșetorul răspunde: „Da.” Ea spune: „Nu pot admite așa ceva. Vii la mine acasă să petreci o noapte confortabilă și să primești o cină bună.” Ea insistă ca el să urce în mașină. Ei bine, ies din Londra și ajung undeva la conacul ei situat într-un parc imens. Sunt conduși în casă

de majordom, căruia femeia îi spune: „James, te rog ai grijă să fie găzduit în aripa servitorilor și tratat bine.” Ceea ce se și întâmplă. Tânăra doamnă se dezbracă și e gata să meargă la culcare, când își aduce aminte de musafirul ei din noaptea aceea. Așa că, își pune ceva pe ea și străbate în vârful picioarelor coridorului, spre aripa servitorilor. Vede o licărire de lumină în camera în care a fost găzduit cerșetorul. Bate ușor la ușă, o deschide și îl găsește pe om treaz. Ea îi spune: „Care este problema, om bun, n-ai primit o masă bună?” El răspunde: „Niciodată în viața mea nu am avut parte de o masă mai bună, doamnă.” „Îți este destul de cald?” El spune: „Da, patul e cald, minunat.” Apoi ea spune: „Poate că ai nevoie de puțină companie. Dă-te un pic mai încolo.” Și ea vine mai aproape de el, iar el se dă la o parte și cade chiar în Tamisa.

Ha! Nu v-ați așteptat la una ca asta! Iluminarea! Iluminarea! Treziți-vă. Când ești gata să schimbi iluziile cu realitatea, când ești gata să schimbi visele cu faptele, aceasta este calea de a descoperi totul. În sfârșit, de aici încolo viața devine plină de înțelese. Viața devine frumoasă.

Există o poveste despre Ramirez. El este bătrân și trăiește în castelul lui pe un deal. Privește pe fereastră (e paralizat în pat) și își vede dușmanul. Bătrân cum este, sprijinindu-se în baston, dușmanul său urcă dealul – agale, cu trudă. Îi ia aproape două ore și jumătate să urce dealul. Ramirez nu poate face nimic, pentru că servitorii au liber. Așa că dușmanul său deschide ușa, vine direct spre pat, își strecoară mâna în interiorul mantoului și scoate un pistol. El spune: „În sfârșit, Ramirez, ne vom încheia socotelile!” Ramirez încearcă din răspuțeri să-l convingă să renunțe. El spune: „Haide, Borgia, nu poți face asta. Știi că nu mai sunt omul care s-a purtat urât cu tine cu mulți ani în urmă – și nici tu nu mai ești acel tânăr. Las-o baltă!” „O, nu”, spune dușmanul lui „vorbele tale dulci nu mă vor putea opri din această misiune divină. Răzbunarea este tot ce vreau, iar tu nu poți face nimic în privința asta.” „Ba da!”, spune atunci Ramirez. „Ce?”, întreabă dușmanul. „Pot să mă trezesc”, spune Ramirez. Și chiar asta face; se trezește!

Așa este iluminarea. Când cineva îți spune, „Nu poți face

nimic în privința asta” și tu spui: „Iată, pot să mă trezesc!”, dintr-o dată, viața nu mai este coșmarul care părea. Trezește-te!

Cineva mi-a pus o întrebare. Ce credeți că voia să știe? M-a întrebat: „Ești iluminat?” Care credeți că a fost răspunsul meu? „Ce contează?”

Vreți un răspuns mai bun? Răspunsul meu ar fi: „Cum aș putea să știu eu? De unde ai putea să știi tu? Ce contează? Știi ceva? Dacă vrei ceva, foarte rău – ai încurcat-o. Și mai știi ceva? Dacă aș fi iluminat și tu m-ai asculta pentru că sunt iluminat, atunci iar ai dat de bucluc. Ești dispus să-ți lași creierul spălat de un iluminat? Poți fi supus la spălarea creierului de către oricine, doar știi asta.” Ce contează dacă cineva este iluminat sau nu? Dar vezi, noi vrem să ne sprijinim pe cineva, nu-i așa? Vrem să ne bazăm pe oricine credem noi că a ajuns la această stare. Ne place să auzim că oamenii au ajuns la ea. Ne dă speranță, nu-i așa? La ce speri? Nu este asta o altă formă de dorință?

Vrei să speri la ceva mai bun decât ai în momentul ăsta, nu-i așa? Altfel nu ai spera. Pe de altă parte, uiți că oricum ai totul chiar acum, fără însă să o știi. De ce să nu te concentrezi pe momentul de față, în loc să speri la timpuri mai bune în viitor? De ce să nu înțelegi momentul de față, în loc să uiți de el și să speri la viitor? Oare viitorul nu este doar o altă capcană?

OBSERVAREA DE SINE

Singura modalitate în care cineva îți poate fi de folos, este să-ți conteste ideile. Dacă ești pregătit să ascuți și dacă ești pregătit să fii provocat, există un singur lucru pe care-l poți face, dar *nimeni nu te poate ajuta*. Care este acest lucru mai important decât toate? Se numește observare de sine. La asta nimeni nu te poate ajuta. Nimeni nu-ți poate da o metodă. Nimeni nu-ți poate arăta o tehnică. În momentul în care alegi o tehnică, ești programat din nou. Dar auto-observarea – examinarea propriei tale persoane – este importantă. Nu este același lucru cu concentrarea asupra propriului *eu*. Concentrarea pe sine însuși este preocuparea de sine, starea în care ești preocupat de tine însuși, îngrijorat pentru tine însuși. Eu vorbesc de *observarea* de sine. Ce

este ea? Înseamnă să supraveghezi cât poți de atent tot ce se petrece în tine și în jurul tău, privind că și cum toate s-ar întâmpla altcuiva. Ce vrea să zică această ultimă afirmație? Înseamnă că tu nu te identifici cu ceea ce ți se întâmplă. Înseamnă că tu privești lucrurile, ca și cum nu ai avea nici un fel de legătură cu ele.

Motivul pentru care suferi din cauza depresiei și anxietăților tale este că te identifici cu ele. Îți spui: „Sunt deprimat.” Dar este fals. Nu ești deprimat. Dacă vrei să te exprimi corect, ar trebui să spui: „Trăiesc acum o stare de depresie.” Dar nu prea poți spune: „Sunt deprimat”. Tu nu ești depresia ta. Aceasta este doar un fel de farsă ciudată a minții, un fel de iluzie ciudată. Tu te-ai amăgit singur și ai ajuns să gândești – deși nu-ți dai seama de aceasta – că tu ești depresia ta, că tu ești anxietatea ta, că tu ești bucuria ta, sau emoțiile pe care le ai. „Sunt încântat!” Sigur că tu nu ești încântat. Încântarea poate exista în tine chiar acum, dar ai răbdare puțin, se va schimba; nu va dura; niciodată nu durează; continuă să se schimbe; mereu se schimbă. Norii vin și pleacă: unii dintre ei sunt negri și alții albi, unii sunt mari, alții mici. Dacă vrem să urmărim analogia, voi ați fi cerul care observă norii. Tu ești un observator pasiv, detașat. Este șocant, în special pentru cineva din cultura occidentală. Tu nu te amesteci. Nu te amesteca. Nu „repara” nimic. Privește! Observă!

Necazul cu oamenii este că sunt ocupați să repare lucruri pe care nici măcar nu le înțeleg. Întotdeauna reparăm lucruri, nu-i așa? Niciodată nu ne dă prin cap că lucrurile nu au nevoie să fie reparate. Chiar nu trebuie. Aceasta e marea iluminare. Lucrurile trebuie înțelese. Dacă tu le-ai înțelege, ele s-ar schimba.

CONȘTIENȚĂ, FĂRĂ EVALUAREA A TOT CE EXISTĂ

Vrei să schimbi lumea? Ce-ar fi să începi cu tine? Ce-ar fi să te transformi mai întâi pe tine însuți? Dar cum o poți face? Prin observare. Prin înțelegere. Fără intervenție sau judecată din partea ta. Pentru că ceea ce judeci, nu poți înțelege.

Când spui despre cineva: „Este comunist”, în acel mo-

ment înțelegerea a încetat. I-ai pus o etichetă. „Ea este capitalistă.” Înțelegerea s-a oprit în acel moment. I-ai pus și ei o etichetă și, dacă eticheta poartă nuanțe de aprobare sau dezaprobare, cu atât mai rău! Cum vei putea înțelege ceea ce dezaprobi, sau chiar ceea ce aprobi? Toate astea sună ca din altă lume, nu-i așa? Fără judecată, fără comentarii, fără a lua atitudine: pur și simplu să observi, să studiezi, să privești – fără dorința de a schimba ceea ce este. Pentru că, dacă dorești să schimbi ceea ce este, în ceea ce crezi tu că *ar trebui* să fie, nu mai înțelegi. Un dresor de câini încearcă să înțeleagă un câine, ca să-l poată dresa să execute anumite figuri. Un om de știință observă comportamentul furnicilor, fără nici un alt scop în afară de acela de a studia furnicile, de a învăța cât mai mult posibil despre ele. El nu are alt scop. Nu încearcă să le dreseze, sau să obțină ceva de la ele. E interesat de furnici, el vrea să învețe cât mai mult posibil despre ele. Aceasta este atitudinea lui. În ziua în care vei atinge o asemenea stare, vei trăi un miracol. Te vei schimba – fără efort, în mod corect. Schimbarea se va petrece de la sine, nu va trebui să o produci tu. Pe măsură ce peste întunericul tău se așterne viața conștiinței, orice rău va dispărea. Ce este bun, va fi ocrotit. Va trebui să trăiești tu însuți această experiență.

Dar pentru asta e nevoie de o minte disciplinată. Și, când spun disciplinată, nu vorbesc despre efort. Vorbesc despre altceva. Ați urmărit vreodată un atlet? Întreaga lui viață este sportul, dar ce viață disciplinată duce! Uită-te și la un râu care avansează spre mare. Își creează propriile maluri, care îl cuprind. Când există ceva în voi care se mișcă în direcția bună, aceasta își creează propria disciplină. Este clipa în care te-a înțepat morbul conștiinței. O, e atât de încântător! E cel mai minunat lucru din lume; cel mai important, cel mai fermecător. Nimic nu este atât de important pe lume ca trezirea. Nimic! Și bineînțeles că și asta e un soi de disciplină.

Nu există nimic mai încântător decât starea de conștiință. Ai prefera, mai degrabă, să trăiești în întuneric? Ai prefera, mai degrabă, să acționezi și să nu fii conștient de acțiunile tale – să vorbești și să nu fii conștient de cuvintele tale? Ai prefera, mai degrabă, să-i ascuți pe oameni și să nu fii conștient de ceea ce

anunț de meiu
auzi – sau să vezi lucruri și să nu fii conștient de ceea ce vezi?

Marele Socrate a spus: „Viața inconștientă nu merită să fie trăită.” Acesta este un adevăr evident. Cei mai mulți oameni nu trăiesc vieți conștiente. Ei trăiesc vieți mecanice, gânduri mecanice – în general ale altcuiva – emoții mecanice, acțiuni mecanice, reacții mecanice. Vrei să vezi cât ești de mecanic, realmente? „Vai, ce frumoasă cămașă ai!” Îți face plăcere când auzi așa ceva. E vorba doar despre o cămașă, pentru numele lui Dumnezeu! Te simți mândru de tine, când auzi asta. Oamenii vin în centrul meu din India și spun: „Ce loc minunat, ce copaci minunați” (pentru care eu nu sunt responsabil deloc), „ce climă minunată”. Și deja mă simt bine, până când mă surprind pe mine simțindu-mă bine și spun: „Hei, îți poți imagina ceva mai stupid? Nu sunt responsabil pentru copacii ăia; nu sunt responsabil pentru alegerea locului. Nu am comandat eu vremea; s-a întâmplat doar. Dar „eu” m-am nimerit acolo, așa că mă simt bine. Mă simt bine în privința culturii „mele” și a națiunii „mele”. Cât de prost poți să fii? Vorbesc serios. Mi se spune că marea mea cultură indiană a produs atâția mistici. Nu eu i-am produs. Nu sunt responsabil pentru ei. Sau îmi spun: „Țara aia a ta cuprinsă de atâta sărăcie – este dezgustător.” Mă simt jenat. Dar nu eu am creat-o. Ce se întâmplă? Ai stat vreodată să te gândești un pic? Oamenii îți spun: „Cred că ești absolut fermecător” – deci mă simt minunat. Am parte de o abordare pozitivă (de aceea se spune: eu sunt O.K., tu ești O.K.). Voi scrie o carte într-o zi, iar titlul va fi *Eu sunt un dobitoc*, *Tu ești un dobitoc*. Acesta este cel mai eliberator, cel mai minunat lucru din lume – când recunoști în mod deschis că ești un dobitoc. E minunat. Când oamenii îmi spun: „Faci greșeli”. Eu spun: „La ce te poți aștepta de la un dobitoc?”

Toți trebuie să fim, până la urmă, dezarmați. În eliberarea finală, eu sunt un dobitoc, tu ești un dobitoc. După cum merg lucrurile în mod normal, eu apăs pe un buton și tu ești sus; apăs pe alt buton și ești jos. Iar ție îți place.

Câți oameni cunoști, care să nu fie influențați de laudă sau dojană? Așa ceva nu corespunde comportamentului uman, zicem noi. Comportament uman înseamnă să fii ca o maimuțică, pe care oricine o poate trage de coadă – iar tu să faci tot ce se

presupune că trebuie să faci. Dar, oare, asta înseamnă să fii uman? Dacă ți se pare că sunt fermecător, înseamnă că, în acest moment, ești într-o dispoziție bună – nimic mai mult.

Și mai înseamnă că mă încadrez în lista ta de cumpărături. Fiecare dintre noi are mereu la el o listă de cumpărături și parcă ar trebuie să fim la înălțimea cerințelor de pe această listă – înalt ... ăăă, brunet ... ăăă, bine făcut, potrivit gusturilor *mele*. „Îmi pace sunetul vocii ei”, spui tu, „sunt îndrăgostit”. Nu ești îndrăgostit, nătăflețule.

De fiecare dată când ești îndrăgostit – ezit să spun asta – comportarea ta este deosebit de prostească. Stai jos și privește ce ți se întâmplă. Tu fugi de tine însuși. Vrei să evadezi. Cineva a spus, odată: „Mulțumesc lui Dumnezeu pentru realitate și pentru mijloacele de a evada din ea”. Așadar, asta se întâmplă. Suntem atât de mecanici, atât de controlați. Scriem cărți despre starea de a fi controlat și despre cât e de minunat să fii controlat, și cât de necesar este ca oamenii să-ți spună că ești O.K. Apoi, vei avea un sentiment de bine cu privire la tine. Ce minunat este să fii în închisoare! Sau, cum îmi spunea cineva ieri, să fii în cușca ta. Îți place să stai în închisoare? Îți place să fii controlat? Dați-mi voie să vă spun ceva: Dacă vă veți permite vreodată să vă simțiți bine, atunci când oamenii vă vor spune că sunteți O.K., înseamnă să vă pregătiți pe voi înșivă să vă simțiți prost, atunci când vă vor spune că nu sunteți buni. Atât timp cât trăiești pentru a îndeplini așteptările altor oameni, ar fi bine să ai grijă ce porți, cum te piepteni, dacă ai pantofii lustruiți – pe scurt, dacă ești la înălțimea tuturor așteptărilor lor afurisite. Și asta numești tu, a fi uman?

Asta vei descoperi, când te vei privi atent pe tine însuși! Vei fi îngrozit! Realitatea este că tu nu ești nici O.K., nici ne-O.K. Tu poți doar corespunde stării, tendinței, sau modei actuale! Oare asta înseamnă că ai devenit O.K.? De asta depinde O.K-ul tău? Depinde de ce spun oamenii despre tine? Iisus Christos trebuie să fi fost destul de „ne-O.K.”, având în vedere standardele din vremea lui. Tu nu ești O.K. și nu ești nici „ne-O.K.” – tu ești tu. Sper ca aceasta să fie marea descoperire – cel puțin pentru unii dintre voi. Dacă trei sau patru dintre voi vor face această descoperire, pe parcursul acestor zile pe care le

petrecem împreună, vai, ce lucru minunat ar fi! Extraordinar! Eliminați toate chestiile O.K. și pe cele ne-O.K.; eliminați toate judecățile și mulțumiți-vă să observați – pur și simplu, să priviți. Veți face mari descoperiri. Aceste descoperiri vă vor schimba. Nu va trebui să faceți nici cel mai mic efort, credeți-mă.

Asta îmi reamintește de un tip de la Londra, după război. Omul stă cu un pachet învelit în hârtie maro pe genunchi; este un obiect mare, greu. Controlorul din autobuz vine la el și-l întreabă: „Ce ai acolo pe genunchi?” Iar omul zice: „Am o bombă neexplodată. Am dezgropat-o din grădină și o duc la secția de poliție.” Șoferul spune: „Doar nu vrei s-o cari pe genunchi. Pune-o sub scaun.”

Psihologia și spiritualitatea (așa cum o înțelegem în mod curent) îți mută bomba de pe genunchi, sub scaunul pe care șezi. Ele nu-ți rezolvă cu adevărat problemele. Îți înlocuiesc problemele cu alte probleme. Ți-a trecut vreodată asta prin minte? Ai avut o problemă, acum o schimbi cu alta. Întotdeauna va fi așa, până când rezolvăm problema numită „tu însuși”.

ILUZIA RECOMPENSELOR

Până atunci, nu vom ajunge nicăieri. Marii mistici și maeștrii din Orient vor spune, „Cine ești tu?” Mulți cred că cea mai importantă întrebare din lume este: „Cine este Iisus Christos?” Greșit!

Mulți cred că întrebarea este: „Există Dumnezeu?” Greșit! Mulți cred că este: „Există viață după moarte?” Greșit! Se pare că nimeni nu se luptă cu problema: Există viață *înainte* de moarte? Și totuși, experiența mea arată că, tocmai cei care nu știu ce să facă cu viața *aceasta* se agită și se înfierbântă cel mai tare, când e vorba despre ce vor face cu o *altă* viață. Semnul că te-ai trezit este că nu dai doi bani pe ce ți se va întâmpla în viața următoare. Asta nu te preocupă; nu-ți pasă. Nu te interesează – și gata.

Știi ce este viața veșnică? Tu crezi că este viața eternă. Dar înșiși teologii voștri vă vor spune că aceasta este o nebunie, pentru că eternitatea mai face încă parte din timp. Este timp care

durează perpetuu. Veșnic înseamnă nesfârșit – fără timp. Minteă umană nu poate înțelege aceasta. Minteă omului poate înțelege timpul, sau poate nega timpul.

Ceea ce este nesfârșit e mai presus de înțelegerea noastră. Cu toate acestea, misticii ne spun că eternitatea este chiar acum. Nu vi se pare o veste bună? Eternitatea este chiar acum. Oamenii se întristează când le spun să-și uite trecutul. Sunt atât de mândri de trecutul lor. Sau le este atât de rușine de trecutul lor. Sunt nebuni! Aruncă-ți!

Când auzi: „Căiește-te pentru trecutul tău”, trebuie să-ți dai seama că e un mod prin care religia te abate de la trezire. Treziți-vă! Asta înseamnă să te căiești. Nu „să plângi pentru păcatele tale”. Treziți-vă! Înțelegeți și încetați cu plânsul!

Înțelegeți! Treziți-vă!

DESCOPERIREA DE SINE

Marii maeștrii ne spun că cea mai importantă întrebare din lume este: „Cine sunt eu?” Sau, mai degrabă: „Ce este eu?” Ce este acest lucru pe care îl numesc „eu”? Ce este acest lucru pe care eu îl numesc *sine*? Vreți să spuneți că ați înțeles orice altceva pe lume și nu ați înțeles tocmai asta? Vreți să spuneți că ați înțeles astronomia și găurile negre și quasarii, și că ați înțeles știința calculatoarelor, dar nu știți cine sunteți voi? Vai, sunteți încă adormiți. Ești un om de știință care doarme. Vrei să spui că ai înțeles ce este Iisus Christos și nu știi cine ești tu? De unde știi că L-ai înțeles pe Iisus Christos? Cine este persoana care înțelege? Aflați asta mai întâi. Acesta este fundamentul tuturor lucrurilor, nu-i așa?

Pentru că nu am înțeles asta, avem atâtea credincioși tâmpiți, angajați în atâtea războaie religioase protestești – musulmani contra evrei, protestanți contra catolici și toate celelalte prostii de același fel. Ei nu știu cine sunt, pentru că, dacă ar ști, n-ar mai exista războaie. Ca felița care îi spune băiețelului: „Tu ești presbiterian?” El răspunde: „Nu, noi ținem de altă aberație!”

* joc de cuvinte: denomination-biserică; abomination-rușine. N. T.

Însă lucrul pe care vreau să pun accentul acum este observarea de sine. Voi mă ascultați, dar oare nu mai auziți și alte zgomote în afară de sunetul vocii mele, în timp ce mă ascultați? Sunteți conștienți de reacțiile *voastre*, în timp ce mă ascultați pe mine? Dacă nu sunteți, veți fi supuși la spălarea creierului. Ori veți fi influențați de forțe din interiorul vostru, de care nu sunteți câtuși de puțin conștienți. Și, chiar dacă sunteți conștienți de cum reacționați față de mine, vă dați oare seama, în același timp, de unde vine reacția? Poate că nu mă ascultați deloc; poate că mă ascultă tatăl vostru. Credeți că așa ceva e posibil? Bineînțeles că este. În grupul meu de terapie dau mereu peste oameni care nu sunt deloc prezenți acolo. Tăticul lor, mămica lor sunt prezenți – dar în nici un caz, ei. Ei n-au fost niciodată acolo. „Eu trăiesc acum – dar nu eu, ci tatăl meu trăiește în mine.” Ei bine, acest lucru este perfect adevărat, absolut adevărat. Aș putea să vă descompun, bucățică cu bucățică, și apoi să vă întreb: „Spuneți-mi, această afirmație de la cine vine – de la tata, mama, bunica, bunicul, de la cine?”

Cine trăiește în tine? Este destul de înfricoșător, când ajungi să înțelegi acest lucru. Crezi că ești liber, dar probabil că nu există în tine gest, gând, atitudine, credință, care să nu vină de la altcineva. Nu-i așa că e îngrozitor? Și tu nici nu-ți dai seama. Este vorba despre o existență mecanică imprimată în tine. Ai sentimente destul de intense în legătură cu anumite lucruri și crezi că e vorba de propriile tale convingeri – dar chiar ești sigur că este așa? Îți va trebui multă conștiență să înțelegi că poate ceea ce tu numești „eu” este, pur și simplu, un conglomerat din experiențele tale trecute, din condiționarea și programarea ta.

Este dureros! De fapt, când începi să te trezești, trăiești o durere intensă. Este dureros să vezi cum îți sunt distruse iluziile. Tot ce ai crezut tu că ai construit, se prăbușește – și asta este dureros. Asta este căința; asta este trezirea. Deci, ce-ați zice să zăboviți un minut, aici și acum, ca să fiți conștienți, chiar în timp ce vorbesc, de senzațiile pe care le aveți în trup, de gândurile care vă trec prin minte și de starea voastră emoțională? Ce-ați zice să fiți conștienți de tabla de scris, dacă ochii vă sunt deschiși, de culoarea acestor pereți și de materialul din care sunt făcuți?

Ce-ați zice să fiți conștienți de chipul meu și de reacția pe care o aveți la vederea chipului meu? Pentru că voi reacționați, indiferent dacă sunteți sau nu conștienți de reacția voastră. Și probabil că nu este reacția voastră, ci una pe care ați fost condiționați să o aveți. Și ce-ar fi să fiți conștienți de ceea ce tocmai am spus – cu toate că asta nu mai este conștiență, fiind acum doar memorie.

Fiți conștienți de prezența voastră în această cameră. Spuneți-vă: „Eu sunt în această cameră”. Este ca și cum ați fi în afara voastră, uitându-vă la voi înșivă. Observați că senzația este puțin diferită decât dacă ați fi privit la lucrurile din cameră. Mai târziu ne vom întreba: „Cine este persoana care privește?” Eu mă uit la mine. Ce este „eu”? Ce este „mine”? Deocamdată este de ajuns că mă urmăresc, dar dacă vă surprindeți condamându-vă sau aprobându-vă pe voi înșivă, nu opriți condamnarea și nu opriți judecata sau aprobarea – priviți doar. Nu: „Mă condamn pe mine; Mă dezaprob; Mă aprob.” Doar priviți – și gata. Nu încercați să schimbați ceva! Nu spuneți: „O, ni s-a spus să nu facem asta.” Mulțumiți-vă să observați ce se petrece.

După cum v-am spus înainte, observarea de sine înseamnă supraveghere – observarea a tot ceea ce se petrece în voi și în jurul vostru, ca și cum s-ar întâmpla altcuiva.

DEZVĂLUIREA „EU-LUI”

Vă sugerez acum un alt exercițiu. Aș vrea să scrieți pe o bucată de hârtie un scurt rezumat în care să vă descrieți pe voi înșivă – de exemplu, om de afaceri, preot, ființă umană, catolic, evreu, orice.

Am observat că unii scriu lucruri ca productiv, pelerin, explorator, competent, ager, nerăbdător, centrat, flexibil, împăciuitor, iubitor, membru al rasei umane, superorganizat. Acesta nădăjduiesc că este rezultatul observării pe care ați făcut-o asupra voastră, ca și cum ați urmări o altă persoană.

Dar, atenție! Este vorba de „eu” care îl urmărește pe „mine”. Acesta este un fenomen interesant, care nu a încetat niciodată să-i uimească pe filozofi, mistici, oamenii de știință, psiho-

logi – și anume că ‚eu’ îl poate observa pe ‚mine’. S-ar părea că animalele nu sunt capabile să facă acest lucru. S-ar părea că e nevoie de un anumit grad de inteligență pentru a putea face asta.

Ceea ce vă ofer acum nu este metafizică; nu este filozofie. Este observare pură și bun simț. Marii mistici ai Orientului se referă de fapt la acest ‚eu’, nu la ‚mine’. Practic, unii dintre acești mistici ne spun că începem mai întâi cu lucrurile, cu o conștientizare a lucrurilor; apoi ne îndreptăm spre conștiința gândurilor (care este, de fapt ‚mine’); și în final, ajungem la conștiința gânditorului.

Lucruri, gânduri, gânditor. Ceea ce căutăm noi, cu adevărat, este gânditorul. Gânditorul se poate cunoaște pe sine însuși? Pot ști eu ce este ‚eu’? Unii dintre acești mistici răspund: „Poate cuțitul să se taie pe el însuși? Poate dintele să se muște pe el însuși? Ochiul se poate vedea pe el însuși? Poate ‚eu’ să se cunoască pe sine?” Dar eu sunt preocupat acum de ceva cu mult mai practic – și anume, să hotărâsc ceea ce *nu* este ‚eu’. Voi proceda cât mai încet cu putință, deoarece consecințele sunt devastatoare. Teribile sau îngrozitoare, depinde de punctul vostru de vedere.

Ascultați aici: Sunt eu același cu gândurile mele, cu gândurile pe care le gândesc? Nu. Gândurile vin și pleacă; Eu nu sunt gândurile mele. Sunt eu corpul meu? Se spune că milioane de celule din corpul nostru sunt înlocuite sau reînnoite în fiecare minut – deci, până la sfârșitul unui ciclu de șapte ani, noi nu mai avem în corp nici măcar o singură celulă vie care era acolo cu șapte ani în urmă. Celulele vin și pleacă. Celulele se nasc și mor. Dar ‚eu’ se pare că persistă. Deci, sunt eu corpul meu? Nu, evident că nu!

‚Eu’ este altceva și mai mult decât trupul meu. Ai putea spune că trupul este parte a lui ‚eu’, dar o parte schimbătoare. Continuă să se miște, continuă să se schimbe. Îl numim mereu cu același nume, dar el se schimbă în permanență. Așa cum cascada Niagara are pentru noi mereu același nume, dar cascada Niagara este formată din apă care se schimbă constant. Noi folosim același nume pentru o realitate mereu schimbătoare.

Și ce se întâmplă cu numele meu? ‚Eu’ este numele meu? Evident că nu, pentru că eu pot să-mi schimb numele fără

să-l schimb pe ‚eu’. Dar cariera mea? Și convingerile mele? Eu spun că sunt catolic sau evreu – este asta o parte esențială a lui ‚eu’? Când trec de la o religie la alta, s-a schimbat ‚eu-ul’? Am un nou ‚eu’, sau este același ‚eu’ care s-a schimbat? Cu alte cuvinte, este numele meu o parte esențială din mine, din ‚eu’? Este religia mea o parte esențială din ‚eu’? Am pomenit de fetița care îi spune băiețelului, ‚Tu ești presbiterian?’”

Ei bine, cineva mi-a spus o altă poveste, despre irlandezul Paddy. Paddy merge pe stradă, în Belfast, și simte deodată o armă în ceafă și aude o voce care-i spune: „Ești catolic sau protestant?” Paddy este nevoit să se gândească repede la ceva. El zice, „Sunt evreu”. Și aude vocea care spune: „Cred că sunt cel mai norocos arab din tot Belfastul”. Etichetele sunt atât de importante pentru noi. „Eu sunt republican”, spunem noi. Dar sunteți cu adevărat? Nu poți să spui că atunci când schimbi tabăra, ai un nou ‚eu’. Nu este el același vechi ‚eu’, cu noi convingeri politice? Îmi amintesc că am auzit despre un om care își întreabă prietenul: „Ai de gând să votezi cu republicanii?” Prietenul spune: „Nu, am de gând să-i votez pe democrați. Tatăl meu a fost democrat, bunicul a fost democrat și străbunicul tot democrat.” Omul spune: „Aceasta este o logică trăznită. Adică, dacă tatăl tău ar fi hoț de cai și bunicul tău ar fi fost hoț de cai, și străbunicul tău ar fi fost tot hoț de cai, tu ce ai fi?” „Ah”, a răspuns prietenul „atunci eu aș fi republican”.

Ne petrecem atât de mult timp din viețile noastre, reacționând la etichete – ale noastre și ale altora. Noi identificăm etichetele cu ‚eu-ul’. Catolic și protestant sunt etichete frecvente. Un om s-a dus la preot și i-a spus: „Părinte, vreau să spun o rugăciune pentru câinele meu”. Preotul era revoltat. „Cum adică, să spui o rugăciune pentru câinele tău?” „Este câinele meu favorit”, a spus omul. „Am iubit acel câine și vreau să-i ofer o rugăciune”. Preotul a spus: „Noi nu oferim rugăciuni de pomenire pentru câini, aici. Ai putea să încerci la biserica de mai jos. Întreabă-i dacă ar putea să-ți facă o slujbă.” La ieșire, el i-a spus preotului: „Păcat. Am iubit cu adevărat acel câine. Aveam de gând să ofer o contribuție de un milion de dolari pentru rugăciune.” Iar preotul a zis: „Stai puțin, nu mi-ai spus că animalul tău era catolic.”

Când ești prins în etichete, ce valoare au aceste etichete în ceea ce-l privește pe ,eu'? Putem spune noi că ,eu' nu este nici una dintre etichetele ce-i sunt atașate? Etichetele îi aparțin lui ,mine'. Cel care se schimbă constant este ,mine'. ,Eu' se schimbă vreodată? Observatorul se schimbă vreodată? Ideea este că, indiferent de etichetele la care te gândești (poate cu excepția celei de ființă umană), ar trebui să i le aplici lui ,mine'. ,Eu' nu este nici unul dintre aceste lucruri. Deci, când pășești în afara ta și îl observi pe ,mine', tu nu te mai identifici cu ,mine'. Suferința există în ,mine' – deci, când identifici ,eu' cu ,mine', începe suferința.

Să spunem că ți-e frică sau dorești ceva, sau ești neliștit. Când ,eu' nu se *identifică* cu bani sau nume, sau naționalitate, sau persoane, sau prieteni, sau cu orice fel de valoare ,eu-ul' nu este amenințat. Poate fi foarte agitat, dar nu este în pericol. Gândește-te la ceva ce ți-a produs sau îți produce durere, îngrijorare, sau neliniște. Mai întâi, poți să identifici dorința din spatele acelei suferințe, pentru că există ceva ce-ți dorești cu ardore, altfel nu ai suferi. Ce este acea dorință? În al doilea rând, aceea nu este o simplă dorință; acolo există o *identificare*. Într-un fel, v-ați spus vouă înșivă: „Bunăstarea lui ,eu', ba chiar existența lui ,eu', depinde de această dorință.” Toată suferința este cauzată de identificarea mea cu ceva – fie că acel ceva este în mine sau în afara mea.

SENTIMENTE NEGATIVE FAȚĂ DE ALȚII

La una dintre conferințele mele, cineva a făcut următoarea observație: „Vreau să vă împărtășesc ceva minunat, ceva ce mi s-a întâmplat. Am mers la cinema și imediat după aceea trebuia să merg la lucru. Aveam cu adevărat probleme cu trei oameni din viața mea. Deci, mi-am spus: ,Ei bine, exact cum am învățat din film, voi ieși din mine însumi.' Timp de câteva ore am intrat în contact cu sentimentele mele – cu sentimentele mele negative față de acești trei oameni. Am spus: ,Îi urăsc cu adevărat pe acei oameni'. După aceea am spus: ,Doamne, Iisuse, ce poți face în situația asta?' Curând am început să plâng, pentru că

mi-am dat seama că Iisus a murit chiar pentru acei oameni, care oricum nu puteau face nimic în privința felului lor de a fi. În acea după amiază, a trebuit să merg la birou, unde am stat de vorbă cu oamenii aceia. Le-am spus ce problemă aveam, iar ei au fost de acord cu mine. N-am mai fost supărat pe ei și nu i-am mai urât.”

Oricând aveți un sentiment negativ față de cineva, trăiți într-o iluzie. E absolut clar că ceva e în neregulă cu voi. Voi nu vedeți realitatea. Ceva din interiorul vostru trebuie să se schimbe. Dar ce facem noi în general, atunci când avem un sentiment negativ? „El este de vină, ea este de vină. Ea trebuie să se schimbe.” Nu, nici gând! Lumea este în regulă. Cel care trebuie să se schimbe ești *tu*.

Unul dintre voi a vorbit de munca într-un spital. În timpul unei întâlniri a personalului, este absolut inevitabil ca cineva să nu spună: „Mâncarea este proastă aici”, la care responsabilul cu alimentația sare ca arsă. Ea s-a identificat cu mâncarea și spune: „Oricine atacă mâncarea, mă atacă pe mine; Mă simt amenințată.” Dar ,eu-ul' nu este niciodată amenințat; Doar pe ,mine' îl amenință ceva.

Dar să presupunem că ești martor la ceva cu totul nedrept, ceva care este în mod evident și obiectiv greșit. N-ar fi o reacție potrivită să spui că acel lucru nu trebuie să se întâmple? N-ar trebui să vrei să te implici, eventual, în îndreptarea unei situații incorecte? Cineva lovește un copil, iar tu vezi cum se petrece această nedreptate. Ce zici de o asemenea situație? Sper că nu-ți închipui că aș spune că n-ar trebui să faci nimic. Eu am spus că, dacă nu ai avea sentimente negative, ai fi mult mai eficient, *mult* mai eficient. Pentru că atunci când intervin sentimentele negative, devii orb. ,Mine' își face apariția în cadru și totul devine confuz. Dacă înainte aveam o singură problemă pe cap, acum avem două. Mulți presupun greșit că dacă nu ai sentimente negative, cum ar fi supărarea, resentimentul și ura, înseamnă că nu iei nici o atitudine într-o anumită situație. O nu, o nu! Tu nu ești afectat emoțional, dar acționezi cu repeziciune. Devii foarte sensibil la lucrurile și oamenii din jurul tău. Ceea ce omoară sensibilitatea este ceea ce mulți oameni ar numi sinele condiționat: te identifici într-atât cu ,mine', încât este prea mult ,mine' în acea

situație, pentru ca tu să ai o perspectivă obiectivă, detașată a lucrurilor. Este foarte important ca, atunci când te implici în acțiune, să fii în stare să vezi lucrurile cu detașare – dar emoțiile negative te împiedică să o faci.

Atunci, cum am putea numi tipul de pasiune care ne motivează, sau activează energia de a face ceva în legătură cu un rău obiectiv? Orice ar fi, aceasta nu este o *reacție*; este o acțiune.

Unii dintre voi se întreabă dacă înainte de apariția atașamentului, înainte de instalarea identificării, nu există cumva un moment de incertitudine.

Să zicem că îți moare un prieten. Pare corect și e foarte uman să te întristezi. Dar ce reacție ai? Să fie autocompătimire? De ce ai fi îndurerat? Gândește-te la aceasta. Știu că ceea ce spun vi se va părea groaznic, dar v-am spus, eu vin dintr-o altă lume. Reacția voastră este de pierdere *personală*, corect? Îți pare rău pentru „mine”, sau pentru alți oameni căroră prietenul tău le-a adus bucurie. Dar asta înseamnă că-ți pare rău pentru alți oameni, căroră le pare rău pentru ei înșiși. Dacă nu le-ar părea rău pentru ei înșiși, atunci pentru ce le-ar părea rău? Noi nu simțim niciodată durere când pierdem ceva căruia i-am permis să fim independent de noi, pe care n-am îndrăznit să-l stăpânim. Durerea este semnul că am lăsat ca fericirea mea să depindă de acel lucru sau de acea persoană – cel puțin într-o anumită măsură. Suntem atât de obișnuiți să auzim contrariul, încât ceea ce vă spun eu sună inuman, nu-i așa?

DESPRE DEPENDENȚĂ

Totuși, asta este ceea ce ne spun toți misticii din trecut. Eu nu spun că „mine” – sinele condiționat – nu va recădea uneori în șabloanele sale obișnuite. Acesta este felul în care am fost condiționați. Dar se pune întrebarea dacă ar fi admisibil să trăiești o viață în care să fii atât de singur, încât să nu depinzi de nimeni.

Noi toți depindem unul de altul, din tot felul de motive, nu-i așa? Depindem de măcelar, de brutar, de fabricantul de sfeșnice. Interdependență. E bine așa! Noi organizăm societatea în felul acesta și atribuim funcții diferite unor oameni diferiți pen-

tru bunăstarea tuturor, astfel încât să funcționăm mai bine și să trăim mai eficient – cel puțin așa sperăm.

Dar să depindem de altcineva, psihologic – să depindem de cineva, emoțional – ce implică asta? Înseamnă să depind de altă ființă umană, pentru a fi fericit.

Gândiți-vă la aceasta. Pentru că, dacă o faceți, următorul lucru pe care îl veți face – fie conștient, fie nu – este să *întrebați* dacă alți oameni contribuie la fericirea voastră. Apoi, vine pasul următor – teama: teama de pierdere, teama de înstrăinare, teama de respingere, controlul reciproc. Iubirea perfectă alungă frica. Acolo unde este iubire, nu există cereri, nu există așteptări, nu există dependență. Eu nu-ți cer să mă faci fericit; fericirea mea nu se află în tine. Dacă vrei să mă părăsești, nu mă voi compătimi; tovărășia ta îmi face o plăcere nespusă, dar n-am să mă cramponez.

Mă bucur de ea, fără să mă agăț ca scaiul. Nu de tine mă bucur atât, cât de ceva mai mare decât noi amândoi la un loc. Ceva ce am descoperit – un fel de simfonie, un fel de orchestră care cântă o melodie atunci când ești de față, dar chiar și când pleci, orchestra nu se oprește. Când întâlnesc pe altcineva, ea cântă o altă melodie, care este de asemenea încântătoare. Iar când sunt singur, ea tot cântă. Există un repertoriu vast și cântecul nu încetează niciodată.

Asta înseamnă trezirea. Tot din același motiv suntem hipnotizați, cu creierul spălat, adormiți. Pare îngrozitor să întreb, dar cum se poate spune că mă iubiți, dacă vă agățați de mine și nu-mi mai dați drumul? Dacă nu mă mai lăsați să răsuflex? Este cu puțință să spuneți că mă iubiți, dacă, pentru a fi fericiți, aveți nevoie de mine din punct de vedere psihologic sau emoțional? Este ca o palmă la adresa învățăturilor universale, a tuturor scripturilor, religiilor, misticilor.

„Cum de ne-a scăpat atâtea ani?”, îmi spun mie însumi în mod repetat. „Cum de nu am văzut?” Când citiți tot ce scrie atât de tranșant în scriptură, începeți să vă întrebați: „Omul ăsta e nebun?” Dar, după un timp, începeți să credeți că toată lumea e nebună. „Dacă nu-ți urăști tatăl și mama, frații și surorile, dacă nu renunți și abandonezi tot ce ai, nu poți fi discipolul meu.”

Trebuie să lași totul. Nu renunțarea fizică, înțelegi; aceasta e ușoară. Când iluziile tale se prăbușesc, intri, în sfârșit, în contact cu realitatea și crede-mă, nu vei mai fi niciodată singur – niciodată. Singurătatea nu este vindecată de tovarășia umană. Singurătatea se vindecă prin contactul cu realitatea. O, am atâtea de spus despre asta. Contactul cu realitatea, renunțarea la iluzii, realizarea contactului cu realul – orice ar fi, nu are nume. Nu putem cunoaște acest ceva, decât prin renunțarea la ceea ce este ireal. Poți afla ce e singurătatea, doar când renunți să te cramponezi, când renunți la dependență. Dar primul pas în această direcție este să consideri că e ceva de dorit. Dacă nu ți se pare un lucru dezirabil, cum ai putea măcar să te apropii de el?

Gândește-te la singurătatea ta. Crezi că tovarășia oamenilor te-ar putea elibera vreodată de ea? Ea nu servește decât să-ți distragă atenția. Ai un gol în interior, nu-i așa? Și când acel gol iese la iveală, tu ce faci? Fugi, pornești televizorul, dai drumul la radio, citești o carte, cauți companie umană, cauți divertisment, cauți distracție. Toată lumea face la fel. Există o adevărată industrie în zilele noastre, un sector organizat să ne distragă și să ne distreze.

CUM APARE FERICIREA

Regăsește-te. Observă-te. De aceea spuneam mai devreme că auto-observarea este un lucru atât de minunat și extraordinar. După un timp, nu trebuie să mai faci nici un efort, deoarece, pe măsură ce iluziile încep să se năruie, tu începi să cunoști lucruri ce nu pot fi descrise. Aceasta se numește fericire. Totul se schimbă, iar tu te îndrăgostești de starea de conștiență.

Iată povestea discipolului care a mers la maestru și a spus: „Ați putea să-mi dați un sfat înțelept? Ați putea să-mi spuneți ceva care să mă călăuzească de-a lungul zilelor mele?” Era ziua de tăcere a maestrului, așa că el a luat o tăbliță. Pe ea scria: „Conștiență”. Când discipolul a văzut, a spus: „Este prea sumar. Puteți să-mi explicați un pic?” Așa că maestrul a luat înapoi tăblița și a scris: „Conștientă, conștientă, conștientă.” Discipolul a spus: „Da, dar ce înseamnă asta?” Maestrul a luat înapoi

tăblița și a scris: „Conștientă, conștientă, conștientă înseamnă – conștientă.”

Aceasta înseamnă să te supraveghezi pe tine. Nimeni nu-ți poate arăta cum să-o faci, pentru că te-ar învăța o tehnică anume, te-ar programa. Dar observă-te. Când vorbești cu cineva, ești conștient de ceea ce faci, sau pur și simplu te identificezi cu el? Când te-ai supărat pe cineva, ai fost conștient că erai supărat, sau pur și simplu te-ai identificat cu supărarea? Mai târziu, când ai avut timp, ți-ai studiat trăirea și ai încercat s-o înțelegi? De unde a venit? Ce a cauzat-o? Eu nu cunosc alte căi de a ajunge la conștiență. Nu poți schimba decât ceea ce înțelegi. Reprimi tot ce nu înțelegi și nu conștientizezi. Nu schimbi nimic. Dar când înțelegi un lucru, acela se schimbă.

Câteodată sunt întrebat: „Această maturizare spre conștiență se petrece treptat, sau e un fenomen „subit”?” Există oameni norocoși, care realizează asta într-o clipită. Ei devin conștienți dintr-o dată. Sunt alții la care conștiența continuă să crească încet, gradat, tot mai mult. Ei încep să vadă anumite lucruri. Iluziile dispar rând pe rând, fanteziile sunt îndepărtate și ei încep să intre în contact cu faptele. Nu există o regulă generală. Iată o poveste bine cunoscută, despre leul care a dat de o turmă de oi și, spre uimirea lui, a găsit un leu printre oi. Era un leu care fusese crescut de oi, încă de când era pui. Behăia ca o oaie și se comporta ca o oaie. Leul a mers direct la el și când leul-oaie a ajuns în fața leului adevărat, a început să tremure din toate încheieturile. Iar leul i-a zis: „Ce cauți printre oi?” Și leul-oaie a spus: „Eu sunt oaie.” Leul i-a zis: „Ba nu, nu ești. Hai cu mine.” Așa că l-a dus pe leul-oaie la un iaz și a zis, „Privește!” Și când leul-oaie și-a privit imaginea reflectată în apă, a slobozit un răcnet puternic și, în acel moment, s-a transformat. N-a mai fost niciodată același ca înainte.

Dacă ești norocos și zeii sunt milostivi, sau dacă ești binecuvântat de grația divină (poți folosi orice expresie teologică vrei), s-ar putea să înțelegi dintr-o dată cine este „eu” și nu vei mai fi niciodată la fel, niciodată. Nimic nu te va mai putea atinge vreodată – și nimeni nu te va mai putea răni vreodată.

Nu-ți va mai fi teamă de nimeni și de nimic. Nu e extra-

ordinar? Vei trăi regește. Aceasta înseamnă să trăiești regește. Nu mărunțișuri – cum ar fi să-ți vezi poza în ziar, sau să ai o grămadă de bani. Asta e o prostie. Nu te temi de nimeni, pentru că ești perfect mulțumit să fii un nimeni. Nu dai doi bani pe succes sau pe eșec. Ele nu înseamnă nimic. Onoarea, dezonoarea, nu înseamnă nimic! Chiar dacă te faci de râs, nici asta n-are importanță! Nu-i așa că e o stare minunată! Unii oameni ating anevoie acest obiectiv, pas cu pas, prin luni și săptămâni întregi de auto-conștiință. Dar eu vă garantez un lucru: N-am cunoscut pe nimeni care să-și fi făcut timp pentru a fi conștient – și să nu fi remarcat o schimbare după câteva săptămâni. Calitatea vieții lui se schimbă, astfel că nu mai trebuie să accepte nimic doar pe încredere. Omul își dă seama; nu mai este același. Reacționează diferit. De fapt, reacționează mai puțin și acționează mai mult. Vezi lucruri pe care nu le-ai mai văzut vreodată până acum.

Ești mai energic, mai viu. Oamenii au impresia că dacă nu ar avea poftă, ar fi inerti, ca de lemn. Dar, de fapt, ar scăpa de încordare. Scăpați de teama voastră de eșec, de încordarea de a avea succes, și veți deveni voi înșivă. Veți fi destinși. Nu veți mai pune frână când acționați. Exact asta s-ar întâmpla.

Tranxu, un mare înțelept chinez, are o vorbă minunată, pe care mi-am dat osteneala s-o învăț pe de rost: „Când arcașul țintește fără să aștepte vreo răsplată, dispune de toată îndemânarea; când țintește ca să câștige o cataramă de alamă, devine deja nervos, când țintește pentru a obține un trofeu din aur, începe să nu mai vadă bine – vede două ținte în loc de una și mintea i-o ia razna. Îndemânarea lui nu s-a schimbat, dar premiul îl face să vadă dublu. Premiul îl interesează! Se gândește mai mult să câștige, decât să țintească, iar nevoia de a câștiga îi seacă puterile.” Nu e asta imaginea a ceea ce sunt cei mai mulți oameni? Când nu trăiești pentru ceva anume, ești în stare de orice, ai toată energia, ești destins, nu-ți pasă, nu contează dacă pierzi sau câștigi.

Asta este pentru tine adevărata existență *umană*. Asta înseamnă viața. Cea care poate proveni numai din conștiință. Iar când ești conștient, vei înțelege că onoarea nu înseamnă nimic. Este o convenție socială, doar atât. De aceea misticii și profeții n-au dat doi bani pe ea. Onoarea sau dezonoarea n-au însemnat

nimic pentru ei. Ei trăiau în altă lume, în lumea celor care s-au trezit din adormire. Succesul sau eșecul n-au însemnat nimic pentru ei. Atitudinea lor era: „Eu sunt prost, tu ești prost – deci care este problema?”

Cineva a spus, odată: „Cele mai dificile trei lucruri pentru o ființă umană nu sunt performanțele fizice sau realizările intelectuale. Ele sunt: primul *să răspunzi la ură cu iubire*; al doilea, *să-i accepți pe cei excluși*; al treilea, *să admiți că greșești*.” Dar acestea ar fi cele mai ușoare lucruri din lume dacă nu te-ai identifica cu „mine”. Poți spune lucruri ca: „Greșesc! Dacă m-ai cunoaște mai bine, ai vedea cât de des greșesc. La ce să te aștepti de la un prost?” Dar dacă nu m-aș identifica cu aceste aspecte ale lui „mine”, tu n-ai putea să mă rănești. Inițial, vechea condiționare va dispărea, iar tu vei fi deprimat și tulburat. Vei fi mâhnit, vei plânge și așa mai departe. „Înainte de iluminare, eram deprimat: după iluminare, am continuat să fiu deprimat.” Dar există o diferență: nu mă mai identific cu deprimarea. Știi ce mare e diferența?

Ieși din tine și privești la deprimare, dar nu te identifici cu ea. Nu faci nimic pentru a o alunga; ești perfect dispus să-ți continui viața care trece prin tine și dispăre. Dacă nu știi ce înseamnă asta, ai cu adevărat o surpriză la care să te aștepti. Și neliniștea? Vine și ea, dar nu te deranjează. Ce ciudat! Ești tulburat, dar nu te deranjează.

Nu e un paradox? Și ești dispus să lași acest nor să vină, deoarece, cu cât i te împotrivesți mai mult, cu atât îi dai mai multă putere. Ești dispus să observi cum trece. Poți fi fericit în anxietatea ta. Nu-i așa că e o nebunie? Poți fi fericit, chiar în deprimarea ta. Dar nu poți avea tipul nepotrivit de fericire. Ai crezut că fericirea înseamnă emoție, sau fiori? Aceasta este cauza depresiei. Nu ți-a spus nimeni acest lucru? Ești emoționat, bine, dar nu faci decât să-ți pregătești calea spre viitoarea depresie. Ești emoționat, dar sesizezi neliniștea din spatele emoției: Cum pot s-o fac să dureze? Asta nu-i fericire, asta este dependență. Mă întreb cât de mulți non-dependenți citesc această carte? Dacă ar fi un grup de dimensiuni medii, ar fi doar câțiva, foarte puțini.

Nu-i privi cu dispreț pe alcoolici și pe dependenții de

droguri: poate că tu ești la fel de dependent ca și ei.

Prima dată când am întrevăzut o licărire a acestei lumi noi, a fost înfricoșător. Am înțeles ce înseamnă să fii singur, fără un loc în care să-ți pui capul, cum e să-i lași pe toți să fie liberi și să fii liber tu însuși, să nu te considere nimeni ca fiind deosebit și să iubești pe toată lumea – pentru că așa face iubirea. Ea luminează peste bine și rău deopotrivă; face ploaia să cadă peste sfinți și păcătoși, deopotrivă.

Oare e posibil ca trandafirul să spună: „Îmi voi oferi par-fumul oamenilor buni care mă vor mirosi – dar nu-l voi da celor răi”? Ori poate felinarul să spună: „Îmi voi oferi lumina oame-nilor buni din această cameră, dar o voi stinge pentru cei răi.” Sau poate spune copacul. „Îmi voi oferi umbra oamenilor buni care se odihnesc sub coroana mea, dar le-o voi refuza celor răi”? Acestea sunt imagini a ceea ce înseamnă iubirea.

Ea a existat tot timpul, privindu-ne în față din scriptură, cu toate că n-am vrut niciodată s-o vedem, pentru că eram atât de înecați în ceea ce cultura noastră numește iubire, cu cântecele și poeziile ei. Asta nu este deloc iubire – este contrariul iubirii. Este dorință și control și spirit de proprietate. Este manipulare și frică și anxietate – nu este iubire. Ni s-a spus că fericirea e ca tenul cel mai fin, ca o stațiune de vacanță. Ea nu e nimic de acest gen, dar noi avem metode rafinate de a face ca fericirea noastră să depindă de alte lucruri din noi și din afara noastră.

Spunem: ”Refuz să fiu fericit, până ce nu-mi trece nevroza.” Să-ți dau o veste bună: Poți fi fericit chiar acum, *cu* nevroza ta cu tot. Vrei să știi ceva și mai bun? Există doar un singur motiv pentru care nu trăiești ceea ce în India numim *anand* – extaz, extaz. Există doar un singur motiv pentru care voi nu trăiți, chiar în prezent, experiența extazului – și anume, că vă gândiți sau vă concentrați pe ceva ce nu aveți. Altfel, ați trăi starea de extaz. Vă concentrați pe ceea ce nu aveți. Dar, de fapt, aveți chiar acum tot ce vă trebuie pentru a fi în extaz.

Iisus vorbea cu bun simț pentru oamenii simpli, pentru cei înfometați, pentru cei săraci. El le dădea vești bune: „Lucrurile acestea vă aparțin.” Dar cine ascultă? Nimeni nu este interesat – mai degrabă vor să rămână adormiți.

FRICA – SURSA VIOLENȚEI

Unii spun că există doar două lucruri pe lume: Dumnezeu și frică; iubirea și frica sunt unicele lucruri. Există doar un singur rău în lume: frica.

Există doar un singur bine în lume: iubirea. Câteodată este denumită în alte feluri. Câteodată i se spune fericire sau libertate; sau pace, sau bucurie, sau Dumnezeu, sau altfel. Dar eticheta nu contează cu adevărat. Și nu există un singur rău în lume pe care să nu-l poți asocia cu teama. Nici unul.

Ignoranță și frică, ignoranță cauzată de frică – de aici vine tot răul, de aici vine violența. Persoana care este cu adevărat non-violentă, care este incapabilă de violență, este persoana care nu cunoaște frica. Devii furios doar atunci când îți este teamă. Gândește-te când ai fost furios ultima dată. Hai, gândește-te. Amintește-ți de ultima oară când te-ai înfuriat – și caută frica din spatele mâniei. Ce te-ai temut că pierzi? Ce ți-a fost teamă că ți-ar putea fi luat? De acolo vine mânia. Gândește-te la cineva plin de mânie, cineva de care poate ți-e frică. Vezi cât este de înspăimântat? Este speriat – cu adevărat înspăimântat. Îi este atât de teamă – pentru că, altfel, n-ar fi furios. În cele din urmă, există doar două lucruri – iubire și frică.

În această conferință aș prefera să las lucrurile așa, nestructurate, să sar de la o idee la alta, să revin, iar și iar, la anumite teme, deoarece aceasta este calea prin care puteți înțelege cu adevărat ceea ce spun. Dacă nu vă atinge de prima dată, ar putea s-o facă a doua oară și ceea ce nu atinge o persoană, ar putea atinge o alta. Am diferite teme, dar toate se referă la același lucru.

Spuneți-i conștiință, ziceți-i iubire, numiți-l spiritualitate sau libertate sau trezire – sau oricum. Este unul și același lucru.

CONȘTIENȚA ȘI CONTACTUL CU REALITATEA

Să privești la tot ceea ce este în tine și în afara ta, iar când ți se întâmplă ceva, să vezi ca și cum i s-ar întâmpla altcuiva – cu nici un comentariu, fără judecată, fără atitudine, fără

amestec, fără vreo încercare de a schimba, ci doar de a înțelege. Pe măsură ce faci asta, vei începe să realizezi că, treptat, te desprinzi de identificarea cu „mine”. Sf. Teresa de Avila spune că, spre sfârșitul vieții ei, Dumnezeu i-a dat un har extraordinar. Ea nu folosește o asemenea exprimare modernă, bineînțeles, dar elementul esențial este dez-identificarea de ea însăși. Dacă cineva ar avea cancer și eu n-aș cunoaște acea persoană, n-aș fi atât de afectat. Dacă aș avea iubire și sensibilitate, poate că aș da o mână de ajutor – dar nu simt nici o emoție. Dacă *tu* trebuie să dai un examen, eu nu sunt prea afectat. Pot să filozofez despre asta și să spun: „Ei bine, cu cât ești mai îngrijorat, cu atât va fi mai rău. Mai bine ia-ți o pauză bine meritată, în loc să tocești!” Dar când e rândul meu să am un examen, ei bine, asta e altceva, nu-i așa? Motivul este că m-am identificat cu „mine” – cu familia mea, țara mea, bunurile mele, corpul meu, cu mine însumi. Cum ar fi dacă Dumnezeu mi-ar da darul de a nu spune că aceste lucruri sunt „ale mele”? Aș fi detașat; Nu m-aș mai identifica. Asta înseamnă să-ți pierzi sinele, să negi sinele, să fii mort în privința sinelui tău.

RELIGIA ADEVĂRATĂ – CONTRARIUL INCONȘTIENȚEI

Odată, cineva a venit la mine în timpul unei conferințe și m-a întrebat: „Ce părere aveți despre „Sfânta Fecioară din Fatima”? Ce credeți despre ea? Când mi se pun astfel de întrebări, îmi amintesc de istoria de pe vremea când statuia Fecioarei din Fatima a fost urcată într-un avion, pentru a fi dusă în pelerinaj de închinare și, în timp ce zburau peste sudul Franței, avionul a început să se clatine și să se zgâlțâie, de parea că se va rupe în bucăți. Iar statuia miraculoasă a exclamat: „Sfântă Fecioară de la Lourdes, roagă-te pentru noi!” Și totul a fost bine. N-a fost un lucru extraordinar, o „Sfântă Fecioară” care vine în ajutorul altei „Sfinte Fecioare”?

Tot astfel, un grup de o mie de oameni s-au dus în pelerinaj în Mexico City, ca să se închine la moaștele Maicii Domnului de la Guadalupe și toți s-au așezat în fața statuii, în semn de

protest deoarece episcopul eparhiei o declarase ca patroană a episcopiei pe „Sfânta Fecioară de la Lourdes”! Oamenii erau convinși că „Fecioara de la Guadalupe” s-a simțit extrem de ofensată, așa că protestau pentru *repararea* ofensei.

Uite-așa se întâmplă cu religia, dacă nu ești atent.

Când le vorbesc hindușilor, le spun: „Preoții voștri n-ar fi prea fericiți să audă așa ceva” (remarcați cât de prudent sunt în această dimineață), „dar Dumnezeu ar fi mult mai fericit – dacă e să-I dăm crezare lui Iisus Christos – dacă te-ai transforma, în loc să te închini, pur și simplu. El ar fi mult mai mulțumit de iubirea voastră, decât de adorația voastră.” Iar când le vorbesc musulmanilor, spun: „Ayatollah-ul vostru și liderii voștri religioși nu vor fi încântați să audă aceasta, dar Dumnezeu va fi mult mai mulțumit de transformarea voastră într-o persoană iubitoare, decât să vă mulțumiți să tot spuneți „Doamne, Dumnezeule”. Este infinit mai important să vă treziți. Asta e spiritualitatea, asta e tot. Dacă aveți asta, Îl aveți pe Dumnezeu. Atunci vă închinați „în spirit și în adevăr” – când deveniți iubire, când sunteți transformați în iubire. Pericolul a ceea ce poate face religia este subliniat foarte frumos într-o poveste spusă de cardinalul Martini, arhiepiscopul de Milano. Povestea vorbește despre un cuplu de italieni care urmează să se căsătorească. Ei se înțeleg cu preotul paroh să organizeze o mică recepție în curtea parohiei, în fața bisericii. Dar s-a întâmplat să plouă și ei n-au mai putut ține recepția, așa că i-au spus preotului: „N-am putea ține petrecerea de nuntă în biserică?” Părintele nu a fost deloc încântat să găzduiască o recepție în biserică, dar ei i-au spus: „Vom mânca o felie de tort, vom cânta un cântec, două, vom ciocni un pahar de vin, apoi vom pleca acasă.” Așa că părintele s-a lăsat convins. Dar, pentru că italienii sunt oameni de viață, au băut un pic de vin, au cântat un cântecel, apoi au mai băut încă un pic de vin și au cântat mai multe cântece, iar într-o jumătate de oră, s-a ajuns la ditamai petrecerea în biserică. Toată lumea se simțea minunat și era multă distracție și veselie. Numai părintele era încordat tot, umblând încolo și încolo prin sacristie, teribil de supărat de zgomotul pe care-l făceau nuntașii. Ajutorul preotului intră și spune: „Vă văd cam încordat”.

„Bineînțeles că sunt încordat. Ascultă câtă gălăgie fac, în casa Domnului! Pentru numele lui Dumnezeu!”

„Păi bine, părinte, chiar nu aveau unde merge.”

„Știu asta! Dar chiar trebuie să facă atâta tărahoi?”

„Ei bine, părinte, nu trebuie să uităm că Iisus însuși a participat odată la o nuntă!

Părintele spune: „Știu că Iisus Christos a fost la sărbătorirea unei nunți, nu e nevoie să-mi spui *tu* că Iisus Christos a participat la o petrecere de nuntă! Numai că acolo nu aveau Sfânta Împărtășanie !!!

Știți că există, uneori, perioade în care Sfânta Împărtășanie devine mai importantă decât Iisus Christos – când venerația devine mai importantă decât iubirea, când biserica devine mai importantă decât viața. Când Dumnezeu devine mai important decât omul de lângă tine – și așa mai departe. Acesta este pericolul. După mintea mea, la aceasta ne îndeamnă, în mod evident, Iisus – lucrurile cele mai importante mai întâi! Ființa umană este mult mai importantă decât Sabatul. Să respectați ceea ce vă spun eu acum, cuvânt cu cuvânt, să deveniți așa cum vă descriu eu acum, este mult mai important decât invocațiile cu Doamne, Dumnezeule. Dar liderii voștri religioși nu se vor bucura să afle asta, vă asigur. Nici preoții voștri nu vor fi bucuroși să audă asta. În nici un caz. Așadar, despre așa ceva este vorba. Despre spiritualitate. Despre trezire. După cum v-am spus, este extrem de important ca, dacă vreți să vă treziți, să vă dăruiți acțiunii pe care eu o numesc „observare de sine”. Să fiți conștienți de ceea ce spuneți, să fiți conștienți de ceea ce faceți, să fiți conștienți de ceea ce gândiți, să fiți conștienți de felul în care acționați. Să fiți conștienți de unde veniți, care vă este motivația. Viața inconștientă nu merită să fie trăită.

Viața lipsită de conștientă este o viață mecanică. Nu este omenească, ci este programată, condiționată. La fel de bine am putea fi o piatră, un ciot de lemn. În țara din care vin eu, sute de mii de oameni trăiesc în cocioabe, într-o sărăcie lucie, abia reușind să supraviețuiască, făcând toată ziua o muncă fizică grea, apoi se culcă și se trezesc dimineăta, mănâncă ceva și o iau de la capăt. Iar tu stai deoparte și gândești: „Ce viață”. „Asta e tot ce

are viața să le ofere?” Și apoi realizezi, dintr-o dată, că 99,999% dintre oamenii de aici nu sunt cu mult mai buni. Poți să mergi la cinema, să te plimbi cu mașina, poți pleca într-o croazieră. Crezi că ești mai bogat decât sunt ei? Ești la fel de mort ca și ei. Ești o mașinărie la fel ca ei – una puțin mai mare, dar cu toate acestea, doar o mașinărie. Este trist. Este trist să te gândești că oamenii trec prin viață în felul ăsta.

Oamenii trec prin viață cu idei fixe; ei nu se schimbă niciodată. Pur și simplu, nu sunt conștienți de ceea ce se întâmplă. Ar putea la fel de bine să fie o buturugă, o piatră, un mecanism care vorbește, umblă și gândește. Nu este ceva omenesc. Ei sunt marionete, sucite de colo-colo de tot felul de lucruri. Apasă pe un buton și vei obține o reacție. Aproape că poți prezice cum va reacționa persoana respectivă. Dacă studiez o persoană, vă pot spune exact cum va reacționa. La grupul meu de terapie, câteodată notez pe o bucată de hârtie cine va începe ședința și cine va răspunde. Crezi că e ceva rău? Ei bine, nu asculta de oamenii care-ți spun: „Uită de tine! Ajută-i pe alții cu iubire.” Nu-i asculta! Ei greșesc cu toții. Cel mai rău lucru pe care-l poți face este să uiți de tine, atunci când mergi în întâmpinarea altora cu o așa-zisă atitudine de ajutor.

Acest lucru mi s-a revelat cu putere, cu mulți ani în urmă, pe când îmi făceam studiile de psihologie la Chicago. Noi am urmat un curs de consiliere pentru uzul preoților. Un asemenea curs era deschis numai preoților care practicau efectiv consilierea și care fuseseră de acord să prezinte la curs înregistrarea unei ședințe de consiliere. Cred că eram vreo douăzeci de cursanți. Când mi-a venit rândul, am prezentat înregistrarea unei întrevederi cu o femei tânără. Asistentul universitar a băgat caseta în casetofon și am început s-o ascultăm cu toții. După cinci minute, așa cum făcea de obicei, asistentul a oprit caseta și a întrebat: „Ceva comentarii?” Cineva mi-a spus: „De ce i-ai pus acea întrebare?” Am răspuns: „Nu cred să-i fi pus vreo întrebare. De fapt, sunt mai mult decât sigur că nu i-am pus nici o întrebare.” El a spus: „Ba da”. Eram absolut sigur, deoarece, în acea perioadă, mă ghidam în mod conștient după metoda lui Carl Rogers, care se orientează în funcție de persoană și este non-directă. Nu

pui întrebări și nu întrerupi, nici nu dai sfaturi. Eram deci foarte conștient că nu trebuie să pun întrebări. Oricum, a urmat o dispută între noi, așa că instructorul a spus: „De ce să nu ascultăm încă o dată caseta?” Așa că am pus-o din nou și, spre oroarea mea, am realizat că pusesem ditamai întrebarea, care-ți sărea în ochi la fel ca și Empire State Building – o întrebare extrem de clară. Lucrul interesant pentru mine a fost că auzisem întrebarea aceea de trei ori – prima dată, probabil, când am rostit-o, a doua oară când am ascultat-o pe casetă în camera mea (deoarece am vrut să iau o casetă bună la curs) și a treia oară când am auzit-o în clasă. Dar nici n-am remarcat-o! Nu eram conștient.

Așa se întâmplă, în mod frecvent, în ședințele mele de terapie, sau în îndrumarea mea spirituală. Înregistrăm convorbirea pe casetă și, când pacientul o ascultă, îmi spune: „Știți, eu n-am auzit cu adevărat ce ați spus în timpul interviului. Am auzit ceea ce ați spus, abia când am ascultat caseta”. Mai interesant este că *eu însumi* n-am auzit ceea ce am spus *eu* în timpul interviului. Este șocant să descopăr că, într-o ședință de terapie, spun lucruri de care nu sunt conștient. Întregul lor înțeles îmi devine clar abia mai târziu. Numești asta ceva *omenesc*? „Uită de tine și ajută-i pe alții”, spui tu! Oricum, după ce am ascultat întreaga casetă, acolo, în Chicago, asistentul a spus: „Aveți cumva comentarii?” Unul dintre preoți, un om de cincizeci de ani care începuse să mă simpatizeze, mi-a spus, „Tony, aș vrea să-ți pun o întrebare personală. Te deranjează?” Eu am spus: „Nu, întreabă-mă. Dacă n-am să vreau să răspund, n-o voi face.” El a spus: „Femeia aceasta din interviu este drăguță?”

Știți, sincer să fiu, mă găseam într-un stadiu de evoluție (sau de involuție) în care nu observam dacă o persoană arată bine sau nu. Nu conta pentru mine. Ea era o oaie din turma lui Christos; eu eram pastor. Eu dădeam ajutor. Nu e minunat? Așa eram instruiți să procedăm. Deci, i-am spus: „Ce legătură are asta cu interviul?” El a răspuns: „Femeia asta nu-ți place, nu-i așa?” Eu am spus: „Ceeee?”

Niciodată nu-mi trecuse prin cap că o persoană mi-a plăcut sau mi-a displicut. Ca și cei mai mulți oameni, am avut unele

știință – dar atitudinea mea a fost de cele mai multe ori neutră. Am întrebat: „Ce te face să spui asta?” El a spus: „Caseta”. Am parcurs caseta încă o dată. „Ascultă-ți vocea. Observă cât de plăcută a devenit. Ești iritat, nu-i așa?” Abia atunci eram și deveneam conștient de aceasta. Și oare ce-i spuneam ei, indirect? Îi spuneam: „Nu mai veni pe aici”. Dar nu eram conștient de aceasta. Prietenul meu, preotul, a spus: „E femeie. Precis a remarcat aceasta. Când trebuie s-o întâlnești?” Eu am răspuns: „Miercurea viitoare.” El a spus: „Bănuiala mea este că nu va mai veni.” Și nu a venit. Am așteptat încă o săptămână și tot nu a venit. Apoi am sunat-o, încălcând una din regulile mele: nu juca rolul de salvator.

Am sunat-o și i-am spus: „Vă amintiți de caseta pe care mi-ați permis să o înregistrez pentru curs? Mi-a fost de mare ajutor, deoarece colegii mi-au semnalat tot felul de lucruri” (nu i-am spus ce anume) „care ar face ședința oarecum mai eficientă. Deci, dacă v-ar interesa să vă întoarceți, aceasta ar face-o și mai eficientă.” Ea a spus: „Bine, mă voi întoarce”. S-a întors. Antipatia era încă prezentă. Nu dispăruse, dar nici nu-mi stătea în cale. Poți controla ceva de care ești conștient; dar ești controlat de ceva de care nu ești conștient. Ești întotdeauna sclavul acelui ceva de care nu ești conștient. Când ești conștient de el, ești eliberat de el. Este acolo, dar nu te mai afectează. Nu ești controlat de acel ceva; nu ești subjugat de el. Aceasta e diferența.

Conștiință, conștiință, conștiință, conștiință.

Ceea ce ne-au învățat la acel curs să facem, a fost să devenim observatori implicați. Ca să formulez mai plastic, este ca și cum aș vorbi cu tine și, în același timp, aș fi în exterior, privind la tine și la mine. Când te ascult pe tine, este infinit mai important pentru mine să mă ascult pe mine, decât să te ascult pe tine. Bineînțeles, e important să te ascult pe tine, dar mai important este să mă ascult pe mine. Altfel, nu te voi auzi pe tine. Sau voi deforma tot ce spui tu. Îți voi veni în întâmpinare din condiționarea mea proprie. Voi reacționa față de tine în tot felul de moduri, din nesiguranțele mele, din nevoia mea de a te manipula, din dorința mea de a reuși, din neliniști și sentimente de care s-ar putea să nu fiu conștient. Deci, este teribil de important să mă ascult

Asta este ceea ce ne-au învățat să facem – să obținem conștiința.

Nu trebuie să te imaginezi tot timpul pe tine însuși plănând pe undeva în văzduh. Doar ca să-ți faci o idee, în mare, imaginează-ți un șofer bun care, în timp ce conduce mașina, se concentrează la ceea ce spui. De fapt, ar putea chiar să poarte o discuție cu tine, dar, în același timp, este perfect conștient de semnele de circulație. În momentul în care se întâmplă ceva supărător, în momentul în care percepe vreun sunet sau zgomot, sau o izbitură, el va auzi imediat și va spune: „Ești sigur că ai închis ușa din spate?” Cum de face asta? Este conștient și vigilent. Atenția îi e focalizată pe conversație sau dispută, dar conștiința lui este mult mai cuprinzătoare. Percepea o gamă variată de lucruri.

Eu nu vorbesc acum despre concentrare. Aceasta nu e importantă. Multe tehnici de meditație implică și concentrarea, dar am oarece îndoieli în legătură cu asta. Ele implică violență și, în mod frecvent, ele mai implică programare și condiționare. Ceea ce așa susține este conștiința – care nu e deloc același lucru cu concentrarea. Concentrarea este un reflector, e ca lumina unui reflector. Tu ești deschis la orice pătrunde în sfera conștiinței tale. Poți fi distras de la ea, dar când practici conștiința, nu ești distras niciodată. Când acționează conștiința, nu se mai manifestă nici o distragere, pentru că ești mereu conștient de tot se întâmplă.

Să spunem că privesc niște copaci și îmi fac griji. Sunt distras? Aș fi distras doar dacă intenționez să mă concentrez la copaci. Dar dacă, în același timp, sunt conștient că sunt îngrijorat, asta nu înseamnă deloc că sunt distras.

Fii conștient doar de direcția în care îți este îndreptată atenția. Dacă ceva merge rău, sau dacă se întâmplă ceva supărător, te vei alerta pe loc. Ceva nu merge bine! În momentul în care în conștiință ți se strecoară vreun sentiment negativ, vei deveni atent. Ești exact ca șoferul mașinii.

Vă spuneam că Sfânta Teresa de Avila a zis că Dumnezeu i-a dăruit harul de a se dez-identifica de ea însăși. Copiii sunt cei pe care îi puteți auzi vorbind în sensul acesta. Un puști de doi ani spune: „Tommy a luat micul dejun azi dimineată”. El nu spune „eu”, chiar dacă Tommy este el. El spune „Tommy” – la persoana

a treia. Misticii simt așa. Ei s-au dez-identificat de ei înșiși și sunt în stare de armonie.

Acesta este harul de care vorbea Sfânta Teresa. Acesta este „eu-ul” pe care maeștrii mistici din Orient îi îndeamnă în mod constant pe oameni să-l descopere. Și cei din Occident, de asemenea! Îl puteți număra și pe Meister Eckhart printre ei. Ei îi îndeamnă pe oameni să-l descopere pe „eu”.

ETICHETE

Lucrul important nu este să știi cine este „eu” sau ce este „eu”. Nu vei reuși niciodată. Nu există cuvinte pentru asta. Lucrul important este să renunți la etichete. Așa cum spun maeștrii japonezi Zen: „Nu căuta adevărul; renunță doar la părerile tale”.

Renunță la teoriile tale; nu căuta adevărul. Adevărul nu este un lucru pe care să-l cauți. Dacă ai înceta să-ți autoimpui părerile proprii, ai ști. Și aici se întâmplă ceva similar. Dacă ai renunța la etichetele tale, ai ști. Ce înțeleg eu prin etichete? Orice denumire imaginabilă – cu excepția, poate, a celei de ființă umană. Eu sunt o ființă umană. Destul de corect; asta nu spune foarte multe. Dar când spui: „Sunt încununat de succes”, e o nebunie. Succesul nu este o parte a lui „eu”. Succesul este ceva care vine și pleacă; azi poate fi aici, iar mâine să dispară. Nu asta este „eu”. Când ai spus: „Am fost încununat de succes”, te-ai aflat în eroare; te-ai cufundat în întuneric. Te-ai identificat pe tine însuși cu succesul. Ca atunci când spui: „Sunt un ratat, sunt avocat, sunt om de afaceri.” Știi ce ți se va întâmpla, dacă te identifici cu aceste lucruri? Te vei crampona de ele, îți vei face griji că s-ar putea ca ele să se spulbere și, în acel moment, își face apariția suferința. La asta m-am referit mai devreme, când vă spuneam: „Dacă suferiți, sunteți adormiți.”

Vreți un semn că sunteți adormiți? Iată-l: suferiți. Suferința este un semn că nu sunteți conectați la adevăr. Suferința vă este dată ca să vă puteți deschide ochii către adevăr, ca să înțelegeți că pe undeva există ceva fals – așa cum durerea fizică vă este dată ca să înțelegeți că pe undeva există o afecțiune sau o boală. Suferința arată că pe undeva există înșelătorie. Suferința

apare când ești în contradicție cu realitatea. Când iluziile tale se izbesc de realitate, când înșelătoria ta se confruntă cu adevărul, atunci suferi. Altfel nu există suferință.

PIEDICI ÎN CALEA FERICIRII

Ceea ce am de gând să spun va suna un pic pretențios, dar este adevărat. Ceea ce urmează pot fi cele mai importante minute din viața voastră. Dacă ați putea pricepe asta, ați descoperi secretul trezirii. Ați fi fericiți pentru totdeauna. N-ați mai fi niciodată nefericiți. Nimic nu va mai avea puterea să vă rănească. Vorbesc serios – absolut nimic. Este ca și cum ai arunca vopsea neagră în aer; aerul rămâne nepătat. Nu colorezi niciodată aerul în negru. Nu contează ce ți se întâmplă, tu rămâi neatins. Tu rămâi în armonie. Există ființe umane care au dobândit acest lucru – ceea ce eu numesc calitatea de om. Nu starea aceea absurdă de marionetă, care se zbate încolo și încoace, lăsând evenimentele sau pe ceilalți oameni să-ți spună ce să simți. Prin urmare, voi continuați să vă simțiți așa, și definiți această stare drept vulnerabilitate. Ha! Eu spun că înseamnă că ești o marionetă. Deci, îți dorești să fii o marionetă? Apeși pe un buton și, gata, ai căzut; îți place? Dar dacă refuzi să te identifici cu oricare dintre aceste etichete, cele mai multe dintre grijile tale dispar.

Mai târziu vom vorbi despre frica de boală și moarte dar, de obicei, ceea ce vă îngrijorează este ce se va întâmpla cu cariera voastră. Un om de afaceri mărunț, de vreo cincizeci și cinci de ani, soarbe bere într-un bar și spune: „Ia uită-te la colegii mei. Chiar au reușit.” Prostul! Ce înseamnă, „Au reușit?” Și-au văzut numele publicat în ziar. Asta numești tu reușită? Unul este președinte de corporație; altul a devenit președinte de tribunal; al treilea a devenit și el ceva. Maimuțe, cu toții!

Cine stabilește ce înseamnă să ai succes? Această societate stupidă! Principala preocupare a societății este să mențină societatea bolnavă! Și cu cât îți dai seama mai repede de asta, cu atât mai bine. Bolnavi, fiecare dintre ei. Sunt țacănii, sunt nebuni. Tu devii președintele azilului de nebuni și ești mândru de aceasta, chiar dacă nu înseamnă nimic. A fi președintele unei

corporații n-are nici o legătură cu faptul că ai succes în viață. Dacă ai mulți bani, nu înseamnă deloc că ai și succes în viață.

Ai succes în viață, atunci când te trezești! Atunci nu trebuie să-ți ceri scuze nimănui, nu trebuie să dai explicații nimănui, nu dai doi bani pe ceea ce cred sau spun ceilalți despre tine. Nu ai griji; ești fericit. Asta numesc eu să ai succes. Să ai o slujbă bună, sau să fii renumit, sau să ai o reputație strălucită – nimic din toate astea nu are absolut nici o legătură cu fericirea sau succesul. Nici una! Este total irelevant. Singurul lucru de care-i pasă unui astfel de om este ce vor crede copiii lui despre el, ce vor crede vecinii despre el, ce va crede soția lui despre el. Ar fi trebuit să devină faimos. Societatea și cultura noastră ne inoculează asta în cap, zi și noapte.

Oameni care au reușit!? Ce au reușit? Au reușit să facă din ei înșiși niște prostănaci. Asta, deoarece și-au epuizat toată energia ca să obțină ceva lipsit de valoare. Ei sunt speriați și confuzați, sunt niște marionete ca toți ceilalți. Uite-te la ei cum se preumblă țănoș pe scenă. Uite ce agitați devin, dacă au o pată pe cămașă. Asta numești tu succes? Privește cât îi sperie perspectiva că s-ar putea să nu fie realeși. Asta zici tu că este succesul? Se lasă controlați, manipulați. Sunt niște oameni nefericiți. Sunt demni de compătimire. Nu se bucură de viață. Sunt permanent încordați și neliniștiți. Asta numești tu existență omenească? Și știi de ce se întâmplă asta? Dintr-un singur motiv: s-au identificat cu niște etichete. L-au identificat pe „eu” cu banii lor, cu slujbă sau cu profesia. Aceasta a fost greșeala lor.

Ați auzit de avocatul care s-a prezentat cu o reclamație împotriva unui instalator? El i-a spus instalatorului: „Hei, m-ai taxat cu două sute de dolari pe oră. Eu nu fac atâția bani ca avocat.” „Nici eu nu făceam atâția bani când eram avocat!” Poți fi instalator sau avocat, om de afaceri sau preot, dar aceasta nu influențează nicidecum „eu-ul” esențial. Nu te afectează pe tine. Dacă mi-aș schimba profesia mâine, ar fi exact ca și cum mi-aș fi schimbat hainele. Eu am rămas neatins. Tu ești hainele tale? Tu ești numele tău? Tu ești profesia ta? Încetează să te mai identifici cu ele. Pentru că sunt trecătoare.

Când înțelegi asta cu adevărat, nici o critică nu te poate

afecta. Nici o măgulire sau laudă nu te pot afecta. Când cineva spune: „Ești un tip minunat”, despre ce vorbește? El vorbește despre „mine”, el nu vorbește despre „eu”.

„Eu” nu este nici mare nici mic. „Eu” nu se confundă nici cu succesul, nici cu eșecul. Nu este nici una dintre aceste etichete. Acestea sunt lucruri trecătoare, care depind de criteriile pe care le stabilește societatea, care depind de condiționarea ta. Aceste lucruri depind de dispoziția persoanei cu care se întâmplă să vorbești chiar acum. Nu au nimic de a face cu „eu”. „Eu” nu este nici una dintre aceste etichete. „Mine” este în general egoist, prostesc, copilăresc – un prost cât toate zilele. Așadar, dacă îmi spui: „Ești un prost”, asta e un lucru pe care îl știi de ani de zile! Sinele condiționat – la ce te așteptai? Îl cunosc de ani de zile. De ce te identificezi cu el? Năvălește! Acela nu este „eu” – acela este „mine”.

Vrei să fii fericit? Fericirea continuă nu are nici o motivație. Adevărata fericire vine fără cauză. Tu nu mă poți face fericit. Tu nu ești fericirea mea. Tu îi spui unei persoane trezite: „De ce ești fericit?”, iar persoana care s-a trezit spune: „De ce n-aș fi?”

Fericirea este starea noastră naturală. Fericirea este starea naturală a copiilor mici, cărora le aparține împărăția cerurilor – până ce ajung să fie intoxicați și contaminați cu prostia societății și a culturii. Pentru a dobândi fericirea, nu trebuie să faci nimic, deoarece fericirea nu poate fi dobândită. Știe cineva de ce? Pentru că o avem deja. Cum poți dobândi ceva ce ai deja?

Atunci, de ce nu trăiești experiența fericirii? Pentru că trebuie să renunți la ceva. Trebuie să renunți la iluzii. Pentru a fi fericit, nu trebuie să acumulezi ceva; trebuie să renunți la ceva. Viața este ușoară, viața este încântătoare. Ea este dificilă doar pentru iluziile tale, pentru ambițiile tale, pentru lăcomia și poftele tale. Știi de unde vin toate astea? Din faptul că te-ai identificat cu tot felul de etichete!

PATRU TREPTE CĂTRE ÎNȚELEPCIUNE

Primul lucru pe care trebuie să-l faceți, este să intrați în contact cu sentimentele negative de care nu sunteți conștienți.

Mulți oameni au sentimente negative de care nu sunt conștienți. Mulți oameni sunt deprimați, fără să fie conștienți că sunt deprimați. Doar când fac cunoștință cu bucuria, ajung să înțeleagă cât de deprimați sunt. Nu poți trata un cancer pe care nu l-ai depistat. Nu poți scăpa de gârgărițele care ți-au atacat plantele de bumbac, dacă nu ești conștient de existența lor. Primul lucru pe care trebuie să-l faci, este să-ți conștientizezi sentimentele negative. Ce sentimente negative? Mohoreala, de exemplu. Te simți mohorât și indispus. Simți că te urăști, te simți vinovat. Simți că viața n-are sens, că n-are nici un rost; ai un sentiment de suferință, te simți nervos și încordat. Încearcă, mai întâi, să intri în contact cu aceste sentimente.

Al doilea pas (programul acesta cuprinde patru etape) este să înțelegi că sentimentul există în tine, nu în realitate. Este ceva atât de evident, dar ai oare impresia că oamenii își dau seama? Habar n-au, crede-mă. Au doctorate în psihologie, sunt rectori de universități, dar asta n-au înțeles. La școală n-am fost învățat cum să trăiesc. Am fost învățat orice altceva. Așa cum spunea cineva: „Am primit o educație destul de bună. Mi-a trebuit ani de zile să mă descotorosesc de ea.” Despre asta este vorba în spiritualitate: despre dezvăț. Dezvățarea de toate prostiile care ți-au fost inoculate.

Sentimentele negative sunt în tine, nu în realitate. Așadar, încetează să mai încerci să schimbi realitatea. Ar fi o nebunie. Nu mai încerca să-l schimbi pe cel de lângă tine. Noi ne irosim tot timpul și toată energia în încercarea de a schimba circumstanțele exterioare, de a-i schimba pe partenerii noștri, pe șefii noștri, pe prietenii noștri, pe dușmanii noștri, și pe toți ceilalți. Dar nu trebuie să schimbăm nimic. Sentimentele negative sunt în *voi*. Nici o persoană de pe Pământ nu are puterea să vă facă nefericiți. Nu există nici un eveniment pe pământ care să aibă puterea să vă tulbure sau să vă rănească. Nici un eveniment, condiție, situație sau persoană. Nimeni nu v-a spus asta; toți v-au spus contrariul. De aceea sunteți acum într-o asemenea situație încurcată. De aceea sunteți adormiți. Nu vi s-a spus asta nicio dată – deși este mai mult decât evident.

Să presupunem că începe să plouă și asta strică un pic-

nic. Cine se simte negativ? Ploaia? Sau *tu*? Care este cauza pentru sentimentul negativ? Ploaia, sau reacția ta? Când te lovești cu genunchiul de masă, masa nu pățește nimic. Singura ei grijă este să fie ceea ce a fost făcută să fie – o masă. Durerea este în genunchiul tău, nu în masă. Misticii tot încearcă să ne spună că realitatea este în regulă așa cum e. Realitatea nu are probleme. Problemele există numai în mintea omenească. Am putea adăuga: în mintea umană stupidă, adormită. Realitatea nu are probleme. Chiar dacă îndepărtați ființele umane de pe această planetă, viața va continua, natura se va desfășura în toată frumusețea și forța ei. Unde e problema? Nici o problemă. Voi ați creat problema. Voi sunteți problema. Voi vă identificați cu „mine” și asta este problema. Sentimentul este în voi, nu în realitate.

Al treilea pas: Niciodată să nu te identifici cu acel sentiment. Nu are nimic de a face cu „eu-ul”. Nu defini sinele tău esențial în termenii celui sentiment. Nu spune: „Eu sunt deprimat”. Dacă vrei să spui: „E deprimant”, atunci este în regulă. Dacă vrei să spui că depresia există, e bine; dacă vrei să spui că mohoreala este prezentă, e bine. Dar nu: „Eu sunt posomorât”. Tu te definești pe tine însuși în termenii sentimentului. Aceasta este iluzia ta; aceasta este greșeala ta. Depresia există, este prezentă chiar acum, există sentimente de tristețe chiar acum, dar lasă-le să existe, lasă-le în pace. Vor trece. Totul trece – totul.

Depresiile și emoțiile tale n-au nici o legătură cu fericirea. Ele sunt oscilațiile pendulului. Dacă ești în căutare de emoții și senzații tari, fii gata să te întâlnești cu depresia. Vrei să-ți iei drogul? Pregătește-te să suporti mahmureala. Capetele pendulului oscilează unul către celălalt.

Asta nu are nimic de a face cu „eu”; nu are nimic de a face cu fericirea. Singurul implicat aici este „mine”. Dacă v-ați aminti acest lucru, dacă vi l-ați repeta de o mie de ori, dacă ați practica acești trei pași de o mie de ori, ați pricepe. S-ar putea să nu fie nevoie s-o faceți de trei ori. Nu știu; nu există regulă pentru asta. Dar încercați s-o faceți de o mie de ori – și veți face cea mai mare descoperire din viața voastră. La naiba cu minele de aur din Alaska. Ce veți face cu tot aurul acela? Dacă nu sunteți fericiți, nu puteți trăi. Foarte bine, ați dat de aur. Și ce contează? Ești un rege;

sau o prințesă. Sunteți liberi; nu vă pasă dacă sunteți acceptați sau respinși, n-are nici o importanță. Psihologii ne spun cât de important este să dobândești simțul apartenenței. Prostii. De ce să vrei să aparții unei persoane? Nici asta nu mai contează.

Un prieten mi-a spus că există un trib african în care pe deapsă capitală constă în a fi exclus din comunitate. Dacă ai fi dat afară din New York, sau de oriunde locuiești, nu ai muri. Cum se face că membrul celui trib a murit? Pentru că a împărțit prostia comună a omenirii. El credea că nu va fi în stare să trăiască, dacă nu va aparține cuiva. Să fie oare el foarte diferit de cei mai mulți oameni? El era convins că are nevoie să aparțină cuiva. Dar tu nu ai nevoie să aparții nimănui, sau vreunui grup. Nici măcar n-ai nevoie să fii îndrăgostit. Cine ți-a spus că este necesar? Ceea ce îți trebuie este să fii liber. Ceea ce îți trebuie este să iubești. Asta e realitatea; aceasta e natura ta. Dar ceea ce-mi spui, de fapt, este că vrei să fii dorit. Vrei să fii aplaudat, să fii atrăgător, vrei ca toate maimuțicile să alerge după tine. Îți irosești viața. *Trezește-te!* Nu ai nevoie de așa ceva. Poți fi fericit pe deplin și fără asta.

Anturajul tău nu va fi prea încântat să audă acest lucru, deoarece tu devii înfricoșător când deschizi ochii și înțelegi. Cum să controlezi un astfel de om? El nu are nevoie de tine; nu se simte amenințat de critica ta; nu-i pasă de ceea ce crezi sau ceea ce spui despre el. El rupe toate lanțurile; nu mai este o marionetă. Este înfricoșător. „Deci, trebuie să scăpăm de el pentru că spune adevărul; nu mai cunoaște frica; a încetat să mai fie uman.” *Uman!* Iată! În sfârșit, o ființă umană! El și-a curmat sclavia, a evadat din închisoarea lor.

Nici un eveniment nu justifică un sentiment negativ. Nu există nici o situație pe lume care să justifice un sentiment negativ. Asta este ceea ce s-au tot căznit să ne spună misticii noștri. Dar nimeni nu ascultă. Sentimentul negativ este în tine. În Bhagavad-Gita, cartea sacră a hindușilor, Domnul Krishna îi spune lui Arjuna: „Cufundă-te în toiu luptei și păstrează-ți inima la picioarele de lotus ale Domnului.” O frază extraordinară.

Nu trebuie să faci nimic pentru a obține fericirea. Marele Meister Eckhart a spus foarte frumos: „Nu ajungi la Dumnezeu

adăugându-ți ceva în suflet, ci smulgând ceva din el.” Nu trebuie să faci ceva pentru a fi liber, trebuie să renunți la ceva. Atunci devii liber.

Asta îmi amintește de prizonierul irlandez care a săpat un tunel pe sub zidul închisorii și a reușit să evadeze. Când a ieșit, s-a pomenit în mijlocul terenului de joacă al unei grădinițe, printre copiii care se jucau. Bineînțeles, când a ieșit din tunel nu s-a mai putut abține și a început să țopăie, strigând: „Sunt liber, sunt liber, sunt liber!” O fetiță care l-a văzut s-a uitat la el cu dispreț și a spus: „Mare scofală. Eu am patru ani.”*

Al patrulea pas: Cum poți schimba lucrurile? Cum puteți să vă schimbați pe voi înșivă? Sunt multe lucruri pe care trebuie să le înțelegi aici – ori, mai degrabă, doar un singur lucru, care poate fi exprimat în mai multe moduri.

Să ne imaginăm un pacient care merge la medic și îi spune de ce suferă. Medicul zice: „Foarte bine, ți-am înțeles simptomele. Știi ce voi face? Voi scrie o rețetă pentru vecinul tău!” Pacientul răspunde: „Mulțumesc foarte mult, doctore, aceasta mă face să mă simt mult mai bine”. Nu-i așa că e absurd? Dar asta este ceea ce facem cu toții. Persoana care e adormită, este totdeauna convinsă că se va simți mai bine dacă altcineva se schimbă. Tu suferi pentru că ești adormit, dar gândești: „Cât de minunată ar fi viața, dacă altcineva s-ar schimba; cât de minunată ar fi viața, dacă vecinul meu s-ar schimba, dacă soția mea sau șeful meu s-ar schimba.”

Întotdeauna vrem ca altcineva să se schimbe, pentru ca noi să ne simțim bine. Dar ți-a trecut vreodată prin minte cu ce te-ar putea influența pe tine, dacă soția ta sau soțul tău s-ar schimba?

Ești la fel de vulnerabil ca și înainte; ești la fel de prost ca și înainte; ești la fel de adormit ca și înainte. Tu ești cel care are nevoie să se schimbe – cel care trebuie să ia medicamentul. Tu continui să insiști: „Mă simt bine, pentru că lumea este în regulă.” *Greșit!* Lumea este în regulă, pentru că eu mă simt bine. Asta spun toți misticii.

TOTUL E ÎN PERFECTĂ REGULĂ CU LUMEA

Când te trezești, când înțelegi, când vezi, lumea redevine normală. Noi ne facem mereu griji în privința răului. Există o poveste sugestivă, despre un băiețel care merge pe malul unui fluviu și vede un crocodil prins într-o plasă. Crocodilul îi spune: „Fie-ți milă de mine. Nu vrei să-mi dai drumul, te rog? Poate că sunt urât, dar nu-i vina mea, știi prea bine. Așa am fost creat. Dar, indiferent de înfățișarea mea exterioară, am și eu o inimă de mamă. Am venit în dimineața asta în căutare de hrană pentru puii mei și am fost prinsă în această capcană!” Așa că băiatul spune: „Da, dar dacă ar fi să te ajut să scapi din capcană, ai să mă înhați și ai să mă omori.” Crocodilul întreabă: „Crezi că i-aș putea face așa ceva binefăcătorului și salvatorului meu?” Așa că băiatul se lasă convins să tragă plasa afară, iar crocodilul îl înhață. Prins între fălcile crocodilului, el spune: „Va să zică, asta e răsplata pe care o primesc pentru faptele mele bune.” Iar crocodilul răspunde: „Ei bine, n-o lua ca pe un afront personal, băiete, așa e lumea; asta este legea vieții.” Băiatul nu poate fi de acord cu asta, așa că crocodilul spune: „Vrei să întrebăm și pe altcineva dacă e așa sau nu?” Băiatul vede o pasăre așezată pe o ramură și spune: „Pasăre, e adevărat ce zice crocodilul?” Pasărea răspunde: „Crocodilul are dreptate. Uite-te la mine. Într-o zi veneam acasă cu mâncare pentru puișorii mei. Imaginează-ți groaza mea când am văzut un șarpe care se urcase în copac și se îndrepta țință spre cuibul meu. Eram cu totul neajutorată. Nu s-a oprit până nu mi-a înghițit toți puii, unul câte unul. Am tot țipat și strigat, dar a fost în zadar. Crocodilul are dreptate, aceasta este legea vieții, așa stau lucrurile pe lume.” „Vezi”, spune crocodilul. Dar băiatul zice: „Lasă-mă să mai întreb pe cineva.” Așadar, crocodilul spune: „Bine, întreabă.” Pe malul fluviului tocmai trecea un măgar bătrân. „Măgarule”, spune băiatul, „crocodilul zice așa și așa. Are dreptate crocodilul?” Măgarul spune: „Crocodilul are deplină dreptate. Uite-te la mine. Eu am muncit și am slugărit toată viața la stăpânul meu și abia de-mi dădea cât de cât să mănânc. Acum, că sunt bătrân și nefolositor, m-a alungat și iată-mă rătăcind prin

* joc de cuvinte: *liber* = *free*, care se pronunță cam ca *three* = *trei*. N. T.

junglă, așteptând vreo fiară sălbatică să mă sfâșie și să-mi pună capăt vieții. Crocodilul are dreptate, aceasta este legea vieții, așa este în lumea asta.” „Vezi”, spune crocodilul. „Hai să mergem!” Băiatul spune: „Mai dă-mi o șansă, o ultimă șansă. Lasă-mă să întreb încă o ființă. Amintește-ți cât de bun am fost cu tine.” Așadar, crocodilul zice: „Bine, e ultima ta șansă”. Băiatul vede un iepure trecând și îi spune: „Iepure, crocodilul are dreptate?” Iepurele se așează în două picioare și îi spune crocodilului: „Așa i-ai spus tu băiatului?” Crocodilul zice: „Da, așa i-am spus”. „Stai puțin”, spune iepurele. „Trebuie să discutăm chestia asta”. „Bine”, zice crocodilul. Dar iepurele spune: „Cum putem să stăm de vorbă, când tu ții băiatul între falci? Dă-i drumul; trebuie să ia și el parte la discuția noastră.” Crocodilul spune: „Ești un șmecher. În momentul în care îi dau drumul, o s-o ia la fugă.” Iepurele spune: „Am crezut că ai mai multă minte. Dacă ar încerca să fugă, cu o singură lovitură de coadă îl poți omorî.” „De acord”, spune crocodilul și îl eliberează pe băiat. În clipa în care băiatul este liber, iepurele îi spune: „Fugi!” Iar băiatul fuge și scapă. Apoi, iepurele îl întreabă pe băiat: „Nu-ți place carnea de crocodil? Oamenilor din satul tău nu le-ar plăcea o masă bună? Nu l-ai eliberat complet pe crocodil; cea mai mare parte a corpului lui este încă prinsă în plasă. De ce nu te duci în sat să-i aduci pe toți și să faceți un ospăț.” Exact așa a și făcut băiatul, care se și duce în sat și îi cheamă pe toți bărbații. Aceștia vin cu topoare, băte și sulite lor și-l omoară pe crocodil. Câinele băiatului vine și el, și când îl vede pe iepure, îl urmărește, îl înhață și-l sugrumă. Băiatul ajunge prea târziu și, văzând cum moare iepurele, spune: „Crocodilul avea dreptate, așa este lumea, asta este legea vieții.”

Nu există explicație pe care s-o poți da, care să justifice toată suferința și răul, chinul, distrugerea și foametea din lume! Nu vei explica asta niciodată. Poți încerca s-o faci în mod rezonabil, cu formulele tale religioase sau altfel, dar nu vei reuși vreodată să găsești explicația.

Pentru că viața este un mister – ceea ce înseamnă că mintea ta rațională nu-i poate descifra înțelesul. De aceea trebuie să te trezești și atunci vei realiza, dintr-odată că nu realitatea are probleme, ci că tu ești problema.

SOMNAMBULISMUL

Sfânta Scriptură a făcut din totdeauna aluzie la asta, dar voi nu veți înțelege vreodată nici un cuvânt din spusele Scripturii, până nu vă treziți. Oameni adormiți citesc Sfânta Scriptură și Îl răstignesc pe Mesia pe baza ei. Trebuie să te trezești, ca să înțelegi ce zice sfânta Scriptură. Când te trezești cu adevărat, ea capătă înțeles. La fel e și cu realitatea. Dar niciodată nu vei fi în stare să exprimi aceasta în cuvinte. Ai prefera, mai degrabă, să întreprinzi ceva? Dar chiar și atunci, trebuie să ne asigurăm că nu te repezi să acționezi, doar pentru a scăpa de sentimentele tale negative. Mulți oameni se aruncă și acționează, doar ca să înrăutățească lucrurile. Acțiunile lor nu pornesc din dragoste, ci din sentimente negative. Ele își au izvorul în vinovăție, supărare, ură, într-un sentiment al nedreptății, sau altceva similar. Trebuie să te asiguri de „starea”, ta înainte de a acționa. Trebuie să fii sigur cine ești, înainte să acționezi. Din păcate, când oamenii adormiți se reped să acționeze, ei nu fac decât să înlocuiască o cruzime cu alta, o nedreptate cu alta. Și așa mai departe. Meister Eckhart spune: „Nu prin acțiunile voastre veți fi salvați” (sau treziți; spuneți-i cum vreți) „ci prin ființa voastră. Nu prin ceea ce faceți, ci prin ceea ce sunteți, veți fi judecați.” La ce bun să-i hrăniți pe cei înfometați, să le dați să bea celor însetați sau să vizitați deținuții din închisoare?”

Amintiți-vă fraza lui Sfântului Pavel: „Dacă îmi las trupul să fie ars și îmi dau toate bunurile pentru a-i hrăni pe săraci, fără să am dragoste...” Nu acțiunile voastre, ci starea voastră este cea care contează. De abia *atunci* v-ați putea repezi să acționați. Ați putea să o faceți, sau nu. Nu puteți decide aceasta, până când nu vă treziți. Din păcate, se pune un mare accent pe schimbarea lumii și se pune foarte puțin accent pe trezire. Când te trezești, vei ști ce să faci sau ce să nu faci. Unii mistici sunt foarte ciudați, știți asta? Ca Iisus, care a spus ceva de genul: „Eu nu am fost trimis la acești oameni; mă mulțumesc să fac ceea ce trebuie să fac în clipa de față. Mai târziu, poate...” Unii mistici păstrează tăcerea. În mod ciudat, alții cântă cântece. Și alții îi

ajută pe oameni. Nu știm niciodată cu certitudine. Ei își stabilesc singuri propriile legi; ei știu exact ce e de făcut. „Cufundă-te în toiu luptei și închină-ți inima la picioarele de lotus ale Domnului”, cum v-am spus mai devreme.

Imaginează-ți că nu te simți bine, că ești prost dispus și pleci într-o plimbare prin niște zone superbe ale țării. Peisajul este frumos, dar tu nu ești starea în care să vezi ceva. Câteva zile mai târziu, treci din nou prin aceleași locuri și îți spui: „Doamne, unde eram, de n-am observat toate astea?” Totul devine frumos, atunci când te schimbi.

Sau se întâmplă să te uiți la copaci și munți prin ferestre udate de ploaie și furtună și totul pare confuz și fără formă. Îți vine să te duci de-a dreptul acolo și să transformi copacii, să schimbi munții. Ai răbdare un pic, hai să ne uităm mai atenți la fereastra ta. Când încetează furtuna și ploaia se oprește, iar tu privești prin fereastră, îți spui: „Ei bine, cât de diferit arată totul”. Noi nu vedem oamenii și lucrurile așa cum sunt ele, ci așa cum suntem noi. De aceea, când doi oameni se uită la ceva sau la cineva, există două reacții diferite. Noi vedem lucrurile și oamenii nu așa cum sunt ei, ci așa cum suntem noi.

Îți amintești pasajul din Biblie care vorbește despre felul în care totul se transformă în bine pentru cei care-L iubesc pe Dumnezeu? Când te trezești, în sfârșit, nu mai încerci să faci să se întâmple lucrurile bune; ele se întâmplă de la sine. Și înțelegi, dintr-o dată, că tot ce ți se întâmplă este bine. Gândește-te la anumite persoane cu care trăiești alături și pe care ai vrea să le schimbi. Acești oameni ți se par prost dispuși, nechibzuiți, nestatornici, prefăcuți, sau oricum altcumva. Dar când tu te schimbi și ești altfel și ei vor fi diferiți. Acesta este un tratament infailibil și miraculos. În ziua în care tu te transformi, și ei vor deveni diferiți, iar tu îi vei vedea altfel. Cineva care părea înfricoșător, va părea acum înfricoșat. Cineva care părea prost crescut, va părea doar înfricoșat. Dintr-o dată, nimeni nu mai are puterea să te mai rănească. Nimeni nu are puterea să te streseze. Este ceva de genul: Tu lași o carte pe masă, iar eu o ridic și spun: „Mă stresezi cu cartea asta. Eu sunt obligat fie să o ridic, fie să o las acolo”. Oamenii sunt atât de ocupați să-i acuze pe toți ceilalți, să dea

vina pe toți ceilalți, să dea vina pe viață, să dea vina pe societate, să dea vina pe vecinii lor. Tu nu vei schimba acest mod de a fi; îți vei continua coșmarul, nu te vei trezi niciodată.

Repetăți acest program de o mie de ori: (a) identificați sentimentele negative în voi; (b) înțelegeți că ele, sentimentele, sunt în voi, și nu în lume, sau în realitatea exterioară; (c) nu le priviți ca parte esențială a lui „eu”; ele sunt lucruri trecătoare; (d) înțelegeți că atunci când voi vă schimbați, totul se schimbă.

SCHIMBAREA CA LĂCOMIE

Ne rămâne totuși o mare întrebare: *Eu trebuie să fac ceva pentru-a mă schimba?*

Am o mare surpriză pentru voi, am o veste bună să vă dau! Nu trebuie să faceți nimic. Cu cât faceți mai mult, cu atât mai rău devine totul. Tot ce trebuie să faceți, este să înțelegeți.

Gândiți-vă la o persoană cu care locuiți sau cu care lucrați, pe care nu o agreați, care face să încolțească în voi sentimente negative. Hai să vă ajut să înțelegeți ce se petrece. Primul lucru pe care trebuie să-l înțelegeți este că sentimentul negativ este în voi. Voi sunteți responsabili pentru sentimentul negativ, nu cealaltă persoană. Altcineva în locul vostru ar fi perfect netulburat și echilibrat în prezența acelei persoane; n-ar fi afectat deloc. *Voi sunteți.* Acum înțelegeți un alt lucru, acela că voi emiteți o pretenție. Voi așteptați ceva de la această persoană. Puteți să conștientizați acest lucru? Apoi, spuneți-i acestei persoane: „Eu nu am nici un drept să-ți cer ceva.” Spunând asta, veți renunța la așteptări. „Eu nu am nici un drept să-ți cer ceva. O, mă voi proteja pe mine însumi de consecințele acțiunilor tale, ale dispozițiilor tale sau de orice – dar, în același timp, tu îți poți vedea de drum și poți fi orice dorești să fii. Eu nu am nici un drept să-ți cer ceva.”

Vedeți ce se întâmplă când faceți asta. Dacă aveți vreo reținere în a spune aceste cuvinte, vai, cât de multe veți descoperi despre acel „mine” al vostru. Lăsați să iasă la iveală dictatorul din voi, lăsați tiranul să-și arate chipul. Credeți că sunteți niște mielușei, nu-i așa? Dar eu sunt un tiran și tu ești un tiran.

E o mică variație a lui: „Eu sunt un prost, tu ești un prost. Eu sunt un dictator, tu ești un dictator. Vreau să vă controlez viața în locul vostru; vreau să vă spun exact cum se așteaptă oamenii să fiți și cum se așteaptă oamenii să vă purtați – și ar fi bine să vă comportați așa cum am hotărât eu, altfel mă voi pedepsi pe mine însumi pentru că am sentimente negative.” Amintiți-vă ce v-am spus: fiecare este nebun.

O femeie mi-a spus că fiul ei primise la liceu un premiu pentru performanțe excelente la sport și învățatură. Femeia a fost fericită pentru el, dar a fost cât pe ce să-i spună: „Nu te mândri cu premiu ăsta, căci îți întinde o capcană pentru vremea când nu vei mai putea obține rezultate la fel de bune.” Femeia avea o dilemă: cum să prevină viitoarea deziluzie a fiului său, fără să-i întunece bucuria din acel moment.

Cu puțin noroc, el va învăța pe măsură ce și ea va crește în înțelepciune. Nu contează ce îi spune ea. Este vorba despre ce va deveni ea, în timp. Atunci ea va înțelege. Atunci va ști ea ce să spună și când să spună ce are de spus. Acel premiu a fost un rezultat al competiției – care poate fi crudă, dacă se bazează pe ura împotriva sa ori a altora. Oamenii capătă un sentiment de bine, ca răspuns la sentimentul negativ pe care-l capătă altcineva; tu ieși învingător *asupra* altcuiva. Nu e îngrozitor? Să fii acceptat ca fiind tocmai bun de dus într-un azil de nebuni!

Un medic american a scris despre efectul competiției asupra vieții sale. Omul a urmat facultatea de medicină în Elveția, unde exista un grup destul de mare de americani. Medicul povestește că unii dintre studenți au fost șocați când și-au dat seama că acolo nu exista practica acordării de note, nu erau premii, nu exista lista specială a decanului, nu se ierarhiza locul unu sau doi pe an la studii. Fie treceai, fie nu. El spune: „Unii dintre noi n-au fost pur și simplu în stare să conceapă așa ceva. Deveniserăm aproape paranoici. Eram convinși că trebuie să fie un fel de șmecherie aici”. Drept urmare, unii dintre ei s-au mutat la alte facultăți. Cei care au supraviețuit au descoperit dintr-o dată un lucru ciudat, pe care nu-l remarcaseră niciodată la universitățile americane: studenții cei mai străluciți îi ajutau pe ceilalți să treacă examenele, împărțind notițele cu ei. Fiul său merge la o fa-

cultate de medicină din Statele Unite și îi spune că, în laborator, studenții dereglează de obicei microscopul, astfel încât colegul următor să piardă trei-patru minute pentru a-l regla din nou. Concurența. Ei trebuie să aibă succes, trebuie să fie perfecți. Iar el relatează o istorioară nostimă care, spune el, s-a întâmplat cu adevărat, dar care ar putea servi și ca o parabolă foarte frumoasă. Era, pe vremuri, un orașel în America, unde oamenii se adunau seara ca să facă muzică. Aveau saxofonist, baterist, violonist, în general oameni în vârstă. Se strângeau laolaltă pentru plăcerea de a fi împreună și pentru a împărtăși bucuria de a face muzică, chiar dacă nu o făceau foarte bine. Deci, se distrau simțindu-se bine, până când, într-o bună zi, au decis să aducă un dirijor nou plin de ambiție și foarte autoritar. Noul dirijor le-a spus: „Hei, oameni buni, trebuie să dăm un concert; trebuie să pregătim un concert pentru oraș.” Apoi, treptat, el i-a eliminat pe unii oameni care nu cântau prea bine, a angajat câțiva muzicieni profesioniști, a adus orchestra în formă bună și cu toții și-au văzut numele publicat în ziar. Nu-i așa că a fost minunat? Prin urmare, s-au hotărât să se mute în orașul cel mare și să cânte acolo. Dar unora dintre cei mai în vârstă li s-au umplut ochii de lacrimi și au spus: „Era atât de minunat pe timpuri, când făceam lucrurile greșit, dar ne bucuram de ele.” Și uite-așa a intrat lipsa de omenie în viața lor, dar nimeni nu a recunoscut-o ca fiind neomenie. Iată cât de nebuni au devenit oamenii! Unii dintre voi mă întreabă ce vreau să zic, când spun: „Mergeți înainte și fiți voi înșivă. E absolut în regulă, dar eu mă voi apăra, și voi rămâne eu însumi.” Cu alte cuvinte, nu vă voi lăsa să mă manipulați. Eu îmi voi trăi viața; voi merge pe drumul meu; îmi voi păstra libertatea de a gândi, de a-mi urma tendințele și gusturile. Iar vouă vă voi spune *nu*. Dacă voi simți că nu vreau să stau în compania voastră, nu va fi din cauza vreunor sentimente negative pe care mi le provocați. Pentru că nu mai este cazul. Voi nu mai aveți putere asupra mea. S-ar putea doar să prefer compania altor oameni. Deci, când cineva îmi spune: „Ce-ai zice să vedem un film în seara asta?” Eu voi spune: „Îmi pare rău, vreau să merg cu altcineva; îmi place compania lui mai mult decât a ta.” Și este în regulă. Să spui *nu* oamenilor – este ceva minunat; aceasta este

parte a trezirii. Parte a trezirii este să-ți trăiești viața așa cum crezi că e potrivit. Și înțelege: *Acesta nu este egoism*. Lucrul egoist este să ceri ca alții să-și trăiască viața așa cum crezi tu că este potrivit. *Acesta este egoism*. Nu este egoism să-ți trăiești viața așa cum crezi tu că e potrivit. Egoismul se ascunde în pretenția ca alții să-și trăiască viața în așa fel încât să se potrivească cu gusturile voastre, sau cu mândria voastră, sau cu profitul vostru, sau cu plăcerile voastre. Asta înseamnă egoism cu adevărat. Așa că, mă voi proteja. Nu mă voi simți obligat să fiu cu tine; nu mă voi simți obligat să-ți spun *da*. Dacă îmi va plăcea compania ta, mă voi bucura de ea fără să mă cramponez. Dar nu te voi mai evita din cauza eventualelor sentimente negative pe care mi le provoci. Tu nu mai ai acea putere.

Trezirea ar trebui să te ia prin surprindere. Când nu te aștepti să se întâmple un lucru și acesta se întâmplă, ești surprins. Când soția lui Webster* l-a prins sărutându-se cu menajera, i-a spus că este foarte surprinsă. Iar Webster, care era obsedat de folosirea corectă a cuvintelor (lucru de înțeles, din moment ce a întocmit un dicționar), i-a răspuns astfel: „Nu, draga mea, eu sunt surprins. Tu ești uluită!”

Unii oameni fac din trezire un obiectiv în sine, pe care sunt hotărâți să-l atingă; ei spun: „Refuz să fiu fericit, până nu mă trezesc”. În acest caz, e mai bine să fii așa cum ești — pur și simplu, să fii conștient de felul în care ești. Simpla stare de conștiență este de-a dreptul fericire, în comparație cu încercarea de a reacționa tot timpul. Oamenii reacționează atât de repede, pentru că nu sunt conștienți. Vei ajunge să înțelegi că există momente când vei reacționa în mod inevitabil, chiar și în stare de conștiență. Dar, cu cât sporește conștiența, cu atât vei reacționa mai puțin și vei acționa mai mult. Chiar nu contează.

Iată povestea unui discipol care i-a spus maeștrului său că pleacă să mediteze undeva departe, în speranța de a atinge iluminarea. Așa că, o dată la șase luni, i-a trimis maeștrului un bilet, ca să-i raporteze progresele pe care le făcuse. Primul raport

* Noah Webster, 1758-1843, lexicograf american, a cărui lucrare *Dicționar american al limbii engleze* a fost publicat în 1828. N. T.

spunea: „Acum înțeleg ce înseamnă să-ți pierzi egoismul”. Maeștrul a rupt biletul și l-a aruncat la coșul de gunoi. După șase luni, a mai primit un bilet care spunea: „Acum am câștigat sensibilitate față de toate ființele.” Maeștrul l-a rupt. Apoi, al treilea raport spunea: „Acum am înțeles taina lui unu și mai mulți.” Și acest bilet a avut aceeași soartă — a fost rupt. Și lucrurile au continuat așa, ani de zile, până când, în sfârșit, n-a mai venit nici un raport. După un timp, maeștrul a devenit curios și, într-o zi, a găsit un om care pleca într-o călătorie spre acel loc îndepărtat. Maeștrul și-a zis: „Ce-ar fi să aflui ce s-a întâmplat cu discipolul meu”, și i-a trimis un bilet cu această întrebare. În cele din urmă, a primit de la discipolul lui un răspuns care spunea: „Ce contează?” Iar când maeștrul a citit aceste cuvinte, a spus: „A reușit! A reușit! În sfârșit a reușit! A atins iluminarea!”

Și iată o altă poveste, despre un soldat pe câmpul de luptă, care și-a aruncat pușca la pământ, a ridicat o bucată de hârtie care zăcea acolo și s-a uitat la ea. Apoi a lăsat-o să-i zboare din mâini. După care, s-a mutat mai departe și a făcut același lucru. Așa că, toți ceilalți au zis: „Omul ăsta se expune la moarte. Are nevoie de ajutor.” Deci, l-au internat într-un spital și au adus cel mai bun medic să-l trateze. Dar se pare că nu a avut nici un efect. Hoinărea prin salon și aduna fragmente de hârtie, le privea alene și le lăsa să cadă pe podea. În final, medicii au spus: „Trebuie să-l lăsăm la vatră pe acest om.” Prin urmare, l-au chemat și i-au dat un certificat de lăsarare la vatră, pe care el l-a luat alene, l-a privit și a exclamat: „Ăsta este? Ăsta este.” În sfârșit, a înțeles.

Așadar, ar fi bine să începi să fii conștient de condiția ta actuală, oricare ar fi ea. Încetează să mai fii un dictator. Încetează să te mai forțezi să mergi într-o anumită direcție. Atunci, într-o zi, vei înțelege că numai și numai prin conștiență ai obținut deja lucrul către care tindeai.

O PERSOANĂ SCHIMBATĂ

Nu ridică pretenții, atunci când pornești în căutarea conștienței tale. E la fel ca atunci când trebuie să respecti regulile de circulație. Dacă nu le respecti, plătești amendă. De exemplu, în

Statele Unite se circulă pe partea dreaptă a drumului; în Anglia se circulă pe stânga, în India tot pe stânga. Dacă nu te conformezi, plătești amendă; nu e cazul să te simți jignit și nici să ai pretenții sau speranțe; trebuie doar să te supui regulilor de circulație.

Te întrebi unde intervine compasiunea, unde intervine vinovăția în toate astea. Ți vei da seama, atunci când te vei trezi. Dar dacă ai chiar în prezent un sentiment de vinovăție, cum aș putea eu oare să-ți explic toate astea? Cum să înțelegi tu ce este compasiunea? Știi, uneori oamenii vor să-L imite pe Christos – dar dacă maimuța cântă la saxofon, asta nu face din ea un muzician. Nu-L poți imita pe Christos, copiindu-i comportamentul exterior. Trebuie să fii chiar Christos. Atunci vei ști exact ce să faci într-o anumită situație, ținând cont de temperamentul tău, de caracterul tău și de caracterul și temperamentul persoanei cu care ai de a face. Nu trebuie să-ți spună altcineva ce să faci. Dar pentru a asta, trebuie să fii ceea ce a fost Christos. O imitație exterioară nu te va duce nicăieri. Dacă îți închipui că în cadrul unei atitudini pline de compasiune intră și blândețe, nu am cum să-ți descriu compasiunea, deoarece compasiunea poate fi foarte dură. Compasiunea poate fi foarte brutală, compasiunea te poate zdruncina, compasiunea își poate sufleca mânecile și poate tăia în carne vie. Compasiunea înseamnă tot felul de lucruri. Compasiunea poate fi plină de blândețe – dar nu există modalitate de a ști asta. Abia când tu devii iubire – cu alte cuvinte, când ai renunțat la iluziile și atașamentele tale – abia atunci vei „ști”.

Pe măsură ce te identifici tot mai puțin cu „eu-ul” tău, vei fi mai mult în armonie cu toți și cu toate. Știi de ce? Pentru că nu-ți mai este frică să fii jignit, sau să nu fii agreeat. Nu mai ai dorința de a-i impresiona pe ceilalți. Ți imaginezi ce ușurare te cuprinde, când nu mai ești obligat să impresionezi pe nimeni? O, ce ușurare. Fericire, în sfârșit! Nu te mai simți nevoit sau constrâns să dai tot felul de explicații. Lucrurile sunt în regulă așa cum sunt. Ce-ar mai fi de explicat? Nu mai simți nevoia sau constrângerea să-ți ceri iertare. Mai degrabă aș prefera să te aud spunând: „M-am trezit”, decât să te aud spunând: „Îmi pare rău”. Mai degrabă aș prefera să te aud spunându-mi: „M-am trezit de când ne-am întâlnit ultima oară; ce ți-am făcut, nu se va mai re-

peta”, decât să te aud spunând: „Îmi pare atât de rău pentru ce ți-am făcut.” De ce-ar trebui cineva să-și ceară iertare? Iată ceva ce trebuie să cercetezi mai îndeaproape. Chiar și atunci când cineva a fost rău cu tine, nu e nevoie de scuze.

Nimeni nu a fost rău cu tine. Acel cineva a fost rău cu ceea ce credea el că ești tu – dar nu cu tine însuși. Nu te respinge nimeni niciodată; oamenii resping doar ceea ce li se pare că ești tu. Dar asta e valabil pentru ambele părți. Pe de altă parte, nici nu te acceptă nimeni. Până când oamenii nu se trezesc, ei nu fac altceva decât să accepte sau să respingă imaginea lor despre tine. Ei și-au confecționat despre tine o imagine – și pe aceasta o resping sau o acceptă. Vezi cât de zdruncinat poți să fii când te afunzi în această problemă? E o cale mult prea facilă. Dar cât de ușor este să-i iubești pe oameni, când înțelegi acest lucru. Cât de ușor este să-i iubești pe toți, când nu te identifici cu ceea ce-și imaginează ei că ești tu, sau că sunt ei. A devenit ușor să-i iubești pe ei – să iubești pe toată lumea.

Eu mă observ pe „mine”, dar nu gândesc despre „mine”, deoarece „mine” care gândește are și multe păreri eronate. Dar când mă supraveghez pe „mine”, sunt în mod constant conștient că aceasta este o reflecție. În realitate, tu nu te gândești la „eu” și la „mine”. Tu ești ca o persoană care conduce o mașină și care nu vrea niciodată să nu mai fie conștient de existența mașinii în care se află. Este în regulă să visezi cu ochii deschiși, dar nu-ți pierde conștiința în privința a ceea ce te înconjoară. Trebuie să fii mereu cu atenția trează. Este la fel ca atunci când o mamă doarme și nu aude avioanele care trec cu zgomot mare pe deasupra casei, dar aude cel mai slab scâncet al copilului ei. Pentru asta este vigilentă; este trează.

Nu se poate spune nimic despre starea de trezire; nu se poate vorbi decât despre starea de adormire. Se pot doar emite păreri despre starea de trezire. Nu se poate spune nimic despre fericire. Fericirea nu poate fi definită. Ceea ce poate fi definit este nefericirea. Renunță la nefericire – și vei ști. Iubirea nu poate fi definită; lipsa iubirii poate fi. Renunță la lipsa de iubire, renunță la frică și vei ști. Noi vrem să aflăm cum este să fii în stare de trezie. Dar nu vei ști, decât când vei atinge această stare.

Am dat eu oare de înțeles, de exemplu, că n-ar trebui să avem pretenții de la copiii noștri? Ceea ce am spus a fost: „Nu ai dreptul să ceri nimic”. Mai devreme sau mai târziu, copilul va trebui să se desprindă de tine, conform poruncilor Domnului. Iar tu nu vei mai avea absolut nici un drept asupra lui. De fapt, în realitate, el nu este copilul tău și nici n-a fost vreodată. El aparține vieții, nu ție. Nimeni nu-ți aparține. Tu vorbești numai despre educația copilului. Îi spui: „Dacă vrei să mănânci de prânz, ar fi bine să vii între ora douăsprezece și unu, ori nu primești de mâncare.” Și atât. Așa merg lucrurile aici. Nu vii la timp, nu capeți de mâncare. Ești liber, e adevărat, dar trebuie să-ți asumi consecințele.

Când spun că nu trebuie să aștepti nimic de la alții, nici să ceri ceva de la ei, mă refer la speranțe și pretenții legate de bunăstarea mea. Este de la sine înțeles că Președintele Statelor Unite trebuie să-i impună niște cerințe poporului american. Agentul de circulație, în mod evident, trebuie să aibă niște pretenții de la populație. Dar este vorba de cerințe cu privire la comportamentul lor – regulile de circulație, buna organizare, bunul mers al societății – al căror scop nu este să-l facă pe președinte sau pe agentul de circulație să se simtă bine.

ATINGEREA STĂRII DE LINIȘTE

Toată lumea mă întreabă despre ce se va întâmpla când, în sfârșit, vor atinge această stare. Este oare vorba doar de simplă curiozitate? Ne întrebăm întotdeauna cum s-ar potrivi asta cu sistemul, sau dacă ar avea sens în acel context, sau cum ne vom simți când vom ajunge acolo.

Începe și vei ști. E ceva ce nu poate fi descris. Se spune deseori în Orient: „Acei ce știu, nu spun; cei ce spun, nu știu.” Nu se poate spune; numai contrariul poate fi spus. Maestrul nu vă poate oferi adevărul. Adevărul nu poate fi exprimat în cuvinte, printr-o formulă. Acela nu este adevăr. Aceea nu este realitate. Realitatea nu poate fi cuprinsă într-o formulă. Maestrul nu poate decât să vă arate greșelile. Când renunțați la greșeli, veți cunoaște adevărul. Dar nici măcar atunci nu-l puteți spune.

Aceasta este o învățătură uzuală printre marii mistici catolici.

Spre sfârșitul vieții sale, Sfântul Thomas d'Aquino*, mărețul, nu scria și nu vorbea; el văzuse. Am crezut că el a păstrat acea faimoasă tăcere a lui doar câteva luni, însă a durat ani de zile. El și-a dat seama că se făcuse de râs și a recunoscut-o perfect explicit.

Este ca și cum n-ai fi mâncat niciodată mango verde și mă întrebați pe mine: „Ce gust are?” V-aș putea spune „Acru”, dar dacă vă dau un cuvânt, vă induc în eroare. Încercați să înțelegeți acest lucru. Majoritatea oamenilor nu dau dovadă de prea multă înțelepciune; se cramponează de un cuvânt – de cuvintele din scriptură, de exemplu – și înțeleg totul greșit. „Acru”, spun eu, iar tu spui: „Acru ca oțetul, acru ca o lămâie?” Nu, nu acru ca o lămâie, ci ca un mango. „Dar eu n-am gustat niciodată mango”, spui tu. Păcat! Dar nu te mulțumești cu atât și, în continuare, scrii o teză de doctorat despre asta. N-ai fi scris această lucrare, dacă ai fi gustat fructul. Chiar nu ai fi scris-o. Ai fi scris o teză de doctorat despre alte lucruri, dar nu despre mango. Iar în ziua în care, în sfârșit, guști mango verde, vei spune: „Doamne, m-am făcut de râs. Nu ar fi trebuit să scriu acea teză.” Exact așa a făcut Thomas d'Aquino.

Un mare filozof și teolog german a scris o carte întreagă numai despre tăcerea Sfântului Thomas. Acesta a trăit în tăcere, pur și simplu. Fără să vorbească. În prefața sa la *Summa Theologica*, care constituie chintesența întregii sale gândiri teologice, el spune: „Despre Dumnezeu, noi nu putem spune ce este El, ci mai degrabă ceea ce nu este El. Și deci, nu putem vorbi despre cum este El – ci, mai degrabă, despre cum nu este El.” Iar în binecunoscutul său comentariu asupra lucrării *De Sancta Trinitate* a lui Boethius, el spune că există trei modalități de a-L cunoaște pe Dumnezeu: (1) în creație, (2) în acțiunile lui Dumnezeu de-a lungul istoriei și (3) în cea mai înaltă formă de cunoaștere a lui Dumnezeu – să-L cunoști pe Dumnezeu ca *tamquam ignotum* (să-L cunoști pe Dumnezeu ca pe Cel ce este necunoscut).

* 1225-1274 călugăr italian Dominican, teolog și filozof, reprezentant de seamă al curentului Scolastic. A aplicat metodele aristoteliene în teologia creștină. Lucrarea sa de bază este *Summa Theologica* (1266-1273). N. T.

Cea mai înaltă formă de a vorbi despre Trinitate este să știi că nu știi. Acum, țineți cont de faptul că aici nu vă vorbește un maestru oriental Zen, ci un sfânt canonizat al Bisericii Romano-Catolice, cel mai renumit din elita de secole a teologilor. Să-L cunoști pe Dumnezeu ca pe cel ce este necunoscut. Altundeva, Sfântul Thomas chiar spune: cel care nu poate fi cunoscut. Realitatea, Dumnezeu, divinitatea, adevărul, iubirea sunt incognoscibile; ceea ce înseamnă că aceste noțiuni nu pot fi înțelese de mintea rațională. Aceasta revelație ar elimina atât de multe întrebări pe care le au oamenii, deoarece noi trăim mereu cu iluzia că știm. Noi nu știm. Noi nu putem ști.

Dar atunci, ce este Sfânta Scriptură? Ea cuprinde sugestii, dă indicii, nu este o descriere. Fanatismul unui credincios sincer, care are impresia că știe, cauzează mai mult rău decât eforturile reunite a două sute de vagabonzi. Este înspăimântător să vezi ce sunt în stare să facă niște credincioși sinceri, doar pentru că sunt convinși că știu. N-ar fi minunat dacă am avea o lume în care fiecare ar spune: „Nu știu?” Asta ar însemna că a căzut o mare barieră. N-ar fi extraordinar?

Un om, orb din naștere, vine la mine și întreabă: „Cum este treaba aia care se numește *verde*?” Cum poate cineva să-i descrie culoarea verde, unui om care s-a născut orb? O face, folosindu-se de comparații. Deci, va spune: „Culoarea verde seamănă cu muzica liniștită.” „O”, spune orbul, „este ca muzica liniștită”. „Da,” îi spun eu „ca muzica liniștitoare și blândă”. Dar iată că un al doilea orb vine la mine și întreabă: „Ce este culoarea verde?” Eu îi spun că este ceva moale ca mătasea, foarte moale și mângâietor la atingere. Așa că, a doua zi, îi surprind pe cei doi orbi cum se ciondănesc foarte nervoși. Unul spune: „Este ceva blând ca muzica”; celălalt spune: „E ceva moale ca mătasea”. Și așa mai departe. Nici unul dintre ei nu știe despre ce vorbește pentru că, dacă ar ști, ar tăcea din gură. Iată cât de rău este. Ba chiar mai rău, deoarece, să zicem că, într-o zi, tu îi redai vederea acestui om orb, iar el stă în grădină și privește în jurul lui. Tu îi spui: „Ei bine, acum știi ce este culoarea verde”. Iar el răspunde: „Așa e. Am auzit-o un pic azi dimineață!”

Realitatea este că tu ești înconjurat de Dumnezeu, iar tu

nu-L vezi pe Dumnezeu, deoarece tu „știi” despre Dumnezeu. Bariera finală către perceperea lui Dumnezeu este ideea ta despre Dumnezeu. Tu treci pe lângă Dumnezeu, pentru că ai impresia că știi. Acesta este lucrul teribil în ceea ce privește religia. Aceasta este ceea ce spuneau evangheliile că oamenii religioși „știau”, așa că s-au lepădat de Iisus. Cea mai înaltă cunoaștere despre Dumnezeu este să-L știi pe Dumnezeu ca cel de necunoscut. Se vorbește mult prea mult despre Dumnezeu; lumea s-a săturat de atâtea vorbe. Există prea puțină conștiință, prea puțină iubire, prea puțină fericire – dar hai să nu folosim nici aceste cuvinte. Există prea puțină renunțare la iluzii, renunțare la greșeli, renunțare la atașamente și cruzime, prea puțină conștiință. Din cauza asta suferă lumea – nu din cauza lipsei de religie. Religia ar trebui să se refere la lipsa de conștiință, la lipsa de trezire. Iată în ce am degenerat. Vino în țara mea să vezi cum se omoară unii pe alții din cauza religiei. Asta vei întâlni peste tot. „Cel care știe, nu spune; cel care spune, nu știe.” Toate revelațiile, oricât de divine ar fi ele, nu sunt niciodată mai mult decât un deget arătând spre lună. Așa cum spunem noi în Orient: „Când înțeleptul arată spre lună, prostul nu vede decât degetul.”

Jean Guiton, un scriitor francez foarte evlavios și ortodox, adaugă o remarcă terifiantă: „Ne folosim adesea degetul pentru a scoate ochii.” Nu e îngrozitor? Conștiință, conștiință, conștiință! În conștiință este vindecare; în conștiință este adevăr; în conștiință este salvare; în conștiință este spiritualitate; în conștiință este creștere; în conștiință este iubire; conștiința este trezire. Conștiință.

Trebuie să vorbesc despre cuvinte și concepte, deoarece trebuie să vă explic cum se face că, atunci când ne uităm la un copac, de fapt nu-l vedem. Noi *credem* că-l vedem, dar nu-l vedem. Când ne uităm la o persoană, noi nu vedem, de fapt, acea persoană – ni se pare doar c-o vedem. Ceea ce vedem este ceva ce ne-am fixat în minte. Obținem o impresie și ne-o păstrăm – și continuăm să privim o persoană prin acea impresie. Și procedăm astfel cu aproape toate lucrurile. Dacă ai înțelege aceasta, vei înțelege farmecul și frumusețea de a fi conștient de tot ce te înconjoară. Deoarece acolo există realitatea: Dumnezeu” orice ar fi

este prezent acolo. Totul există *acolo*. Sărmanul peștișor din ocean spune: „Scuză-mă, caut oceanul. Puteți să-mi spuneți unde-l pot găsi?” Jalnic, nu-i așa? Dacă am deschide pur și simplu ochii și am vedea, atunci am înțelege.

PIERDEREA COMPETIȚIEI

Să ne întoarcem la acel pasaj extraordinar din Evan-ghe-lie despre pierderea sinelui cu scopul regăsirii de sine. Ideea o putem regăsi în mai toată literatura religioasă și în toată literatură spirituală și mistică.

Cum se pierde cineva pe sine? Ai *încercat* vreodată, cu adevărat, să pierzi ceva? Așa e, cu cât încerci mai mult, cu atât devine mai complicat. Când nu încerci, abia atunci pierzi lucruri. Tu pierzi ceva, atunci când nu ești conștient. Ei bine, cum moare cineva pentru sine? Noi vorbim acum despre moarte, nu despre sinucidere. Nu ni se spune să ne ucidem sinele, ci să murim. Să-i provocăm durere sinelui, să-i cauzăm suferință sinelui ar însemna o înfrângere de sine. Ar fi contra-productiv. Nu ești niciodată mai plin de tine, ca atunci când suferi. Nu ești niciodată atât de centrat pe tine însuși, ca atunci când ești deprimat. Tu nu ești niciodată atât de pregătit să uiți de tine, ca atunci când ești fericit. Fericirea te eliberează de sine. Suferința, durerea, nenorocirea și depresia sunt cele care te leagă de sinele tău. Uite cât de conștient ești de măseaua ta, atunci când te doare. Când nu te doare măseaua, nici măcar nu ești conștient că o ai, după cum nu-ți dai seama că ai un cap, atunci când nu ai o migrenă. Totul se schimbă, în momentul în care te lovește o durere de cap cumplită.

Așadar, este absolut greșit, complet eronat, să-ți imaginezi că modalitatea de a nega sinele este să-i cauzezi durere, să pornești pe calea renunțării, a chinului, așa cum au fost înțelese lucrurile în mod tradițional.

Să-ți negi sinele, să nu mai exiști pentru el, să-l pierzi, înseamnă să-i înțelegi adevărata natură. Când vei face aceasta, el va dispărea; se va risipi. Să presupunem că, într-o zi, cineva intră în camera mea. Eu spun: „Intră. Pot să-mi spui cine ești?” Iar el spune: „Eu sunt Napoleon.” Și eu spun: „Doar n-oi fi acel Napo-

leon ...” Iar el spune: „Ba da. Bonaparte, împăratul Franței.” „Ia te uită!”, spun eu și, în același timp, gândesc în sinea mea: „Ar fi mai bine să fiu atent cum mă comport cu acest individ.” „Luați loc, Maiestatea voastră”, spun eu. „Ei bine, mi s-a spus că ești un îndrumător spiritual destul de bun. Am o problemă spirituală. Sunt neliniștit, simt că-mi este greu să am încredere în Dumnezeu. Vezi, oștirile mele sunt în Rusia, iar eu nu dorm nopțile, întrebându-mă cum se va termina.” Așa că, îi spun: „Ei bine, Maiestatea voastră, sunt sigură că vă pot recomanda ceva pentru asta. Ceea ce vă sugerez este să citiți capitolul 6 din Matei: Uitați-vă cu băgare de seamă la crinii de pe câmp ... ei nici nu torc, nici nu țes.”

În clipa asta mă întreb cine este mai nebun – tipul ăla, ori eu. Dar mă pun la mintea acestui lunatic. Așa procedează orice guru înțelept cu tine, la început. El se pune în mintea ta; îți ia necazurile în serios. Îți va șterge o lacrimă sau două din ochi. Tu ești nebun, dar încă nu știi asta. Repede va veni și vremea când îți va trage preșul de sub picioare și-ți va spune: „Las-o baltă. Nu ești Napoleon”. În renumitele dialoguri ale Sfintei Catherina de Siena se povestește că Dumnezeu i-a spus: „Eu sunt cel ce sunt; tu ești cea care nu este”. Ai trăit vreodată experiența non-existenței tale? În Orient, noi avem o imagine pentru aceasta. Este imaginea dansatorului și a dansului. Dumnezeu este văzut ca dansator, iar creația Sa, ca dansul lui Dumnezeu. Nu trebuie să înțelegi că este ca și cum Dumnezeu ar fi marele dansator, iar tu ești micul dansator. O, nu. Tu nu ești dansator deloc. Tu *ești pus* să dansezi! Ai trăit vreodată această experiență? Prin urmare, când omul își vine în fire și-și dă seama că nu este Napoleon, el nu încetează să existe. El continuă să existe, dar realizează dintr-o dată că e altcineva decât credea că este.

Să-ți pierzi sinele înseamnă să realizezi, dintr-o dată, că ești altcineva decât ai crezut că ești. Credeai că ești în centru; acum trăiești experiența de a fi un satelit. Credeai că ești dansatorul; iar acum simți cum este să fii dansul.

Acestea sunt doar comparații, imagini, așa că nu le poți lua în sensul literal al cuvintelor. Ele îți dau doar un indiciu, o sugestie; nu uita că sunt doar niste *marcări*.

Deci nu poți insista prea mult asupra lor.
Nu le lua chiar ad literam.

VALOAREA PERMANENTĂ

Trecând la o altă idee, apare întreaga problematică a valorii personale a fiecăruia. Valoarea personală nu înseamnă valoarea proprie, în sine. De unde obții valoarea în sine? O dobândești prin succesul în muncă? O dobândești dacă ai mulți bani? O dobândești atrăgând mai mulți bărbați (dacă ești femeie), sau mai multe femei (dacă ești bărbat)? Cât de șubrede sunt toate acestea, cât de trecătoare. Când vorbim despre valoarea în sine, nu vorbim, de fapt, despre felul în care suntem reflectați în oglinda minții altor oameni? Dar este oare obligatoriu să depin-dem de aceasta? O ființă își înțelege valoarea personală, atunci când nu se mai identifică, sau nu se mai definește pe sine, în termenii acestor lucruri efemere. Eu nu sunt frumos, doar pentru că toată lumea îmi spune că sunt frumos. În realitate, nu sunt nici frumos, nici urât. Acestea sunt lucruri trecătoare. Măine m-aș putea transforma, de-odată, într-o creatură foarte urâtă, dar eu rămâne. Atunci, să spunem că apelez la chirurgia plastică și redevin frumos. Cine devine cu adevărat frumos – „Eu-ul”? Trebuie să-ți acorzi mai mult timp ca să reflectezi la aceste lucruri. Eu vi le-am înșirat într-o succesiune rapidă, dar, dacă ați zăbovi suficient de mult timp ca să înțelegeți ce am spus, să insistați asupra acestor informații, ați fi în posesia unei mine de aur. Știu asta, pentru că, atunci când m-am întâlnit pentru prima dată cu aceste lucruri, am descoperit o adevărată comoară.

Experiențele plăcute fac viața agreabilă. Experiențele dureroase călăuzesc spre progres. Experiențele plăcute fac viața agreabilă, dar ele însele nu conduc la progres. Cele care duc la progres sunt experiențele dureroase. Suferința scoate la iveală o zonă din tine în care nu ai progresat încă, în care trebuie să crești, să te transformi și să te schimbi. Dacă ai ști cum să folosești acea suferință, o, cât ai mai progresa!

Haideți să ne limităm, pentru moment, la suferința psihologică, la toate acele emoții negative pe care le avem. Nu vă

pierdeți vremea aplecându-vă asupra uneia singură dintre ele. Eu v-am spus deja ce ați putea face cu acele emoții. Dar aveți grijă de dezamăgirea pe care o trăiți, atunci când lucrurile nu ies așa cum v-ați dorit! Uitați-vă ce spune asta despre voi. Spun aceasta fără să emit judecăți și fără să condamn (altfel ai ajunge să te urăști pe tine însuși). Observați doar ca și cum ați urmări pe altcineva. *Priviți* la acea dezamăgire, la acea depresie pe care o resimțiți când sunteți criticat. Ce spune asta despre voi?

Ați auzit de tipul care zicea: „Cine spune că îngrijorarea nu ajută? Ajută, cu siguranță. De fiecare dată când sunt neliniștit în legătură cu ceva, acel lucru nu se întâmplă!” Ei bine, cu siguranță că asta l-a ajutat pe *el*. Sau celălalt tip care spune: „Nevroticul este o persoană care se îngrijorează în legătură cu ceva ce nu s-a întâmplat în trecut. El nu este ca noi, oamenii normali, care ne facem griji cu privire la lucruri ce nu se vor întâmpla în viitor.” Asta este problema. Ce spun despre tine acea grijă, acea neliniște?

Toate sentimentele negative, fiecare sentiment negativ în parte, este folositor pentru conștiență, pentru înțelegere. Ele îți dau posibilitatea să o simți, să o urmărești din exterior. La început, depresia va mai fi prezentă, dar te-ai desprins, deja de ea. Treptat, vei înțelege depresia. Pentru că o înțelegi, ea va apărea tot mai rar și va dispărea cu totul. E posibil, dar la acel moment nu va mai conta prea mult. Înainte de iluminare, obișnuiam să fiu deprimat. După iluminare, sunt deprimat în continuare. Dar cu încetul – sau repede, sau dintr-o dată – dobândești starea de trezire. Această este starea în care renunți la dorințe. Dar amintiți-vă ce am vrut să spun, când mă refeream la dorință și poftă. Am vrut să spun: „Dacă nu obțin ce doresc, refuz să fiu fericit”. Mă refer la cazuri în care fericirea depinde de îndeplinirea dorinței.

DORINȚĂ, NU PREFERINȚĂ

Nu-ți reprima dorința, deoarece ar însemna să devii lipsit de viață. Ai rămâne lipsit de energie – și asta ar fi groaznic. Dorința, în sensul bun al cuvântului, *este* energie – și, cu cât avem mai multă energie, cu atât este mai bine. Dar nu-ți repri-

ma dorința – încearcă s-o înțelegi. Înțelege-o. Nu căuta să-ți îndeplinești dorința, ci s-o înțelegi. Și nu te lepăda, pur și simplu, de obiectul dorinței tale, încearcă să-l înțelegi; să-l vezi în adevărată sa lumină. Vezi ce reprezintă cu adevărat. Pentru că, dacă îți reprimi pur și simplu dorința și încerci să renunți la obiectul dorinței tale, probabil că te vei lega de el. În schimb, dacă-l vei privi și vei vedea ce reprezintă cu adevărat, dacă îți dai seama cum îți pregătești terenul pentru nenorocire și dezamăgire și depresie, dorința ta se va transforma atunci în ceea ce eu numesc preferință.

Când treci prin viață având preferințe, dar nu lași ca fericirea ta să depindă de vreuna din ele, înseamnă că te-ai trezit. Te îndrepti spre trezirea deplină. Trezire, fericire – spune-i cum vrei – este starea non-iluziei, în care vezi lucrurile nu așa cum ești tu, ci așa cum sunt *ele* – atât cât este posibil pentru o ființă umană. Să renunți la iluzii, să vezi lucrurile, să vezi realitatea. De fiecare dată când sunteți nefericiți, ați adăugat ceva la realitate. Adăugarea este cea care vă face nefericiți. Repet: ați adăugat ceva ... o reacție negativă în voi. Realitatea furnizează stimulente, voi furnizați reacția. Voi ați adăugat ceva, prin reacția voastră. Și dacă examinați ce ați adăugat, veți descoperi că întotdeauna există o iluzie, există o cerință, o speranță, o aspirație. Întotdeauna. Exemplele de iluzii abundă. Dar, întrucât ați început să înaintați pe acest făgaș, le veți descoperi voi înșivă.

De exemplu, iluzia, greșeala de a vă imagina că, prin schimbarea lumii exterioare, *voi* vă veți schimba. Voi nu vă schimbați, dacă schimbați doar lumea exterioară. Dacă voi vă luați o slujbă nouă, un soț nou, o casă nouă, un guru nou, sau o spiritualitate nouă, aceasta nu vă schimbă pe *voi*. Este ca și cum v-ați imagina că vă schimbați caligrafia, dacă folosiți alt stilou. Sau că, dacă vă puneți altă pălărie, vă schimbați și capacitatea de a gândi. Asta nu vă schimbă cu adevărat, dar cei mai mulți oameni își irosesc energia, încercând să rearanjeze lumea lor exterioară, pentru a o face să corespundă cu gusturile lor. Câteodată reușesc – timp de vreo cinci minute – obținând astfel un pic de răgaz, dar rămân la fel de încordați, chiar și în acele clipe de răgaz, deoarece viața curge înainte și se schimbă mereu.

Așadar, dacă vreți să trăiți, nu trebuie să aveți o reședință

permanentă. Nu trebuie să aveți un loc în care să vă odihniți capul. Trebuie să vă lăsați să curgeți, odată cu viața. Așa cum a spus marele Confucius: „Cel care vrea să fie statornic în fericire, trebuie să se schimbe în mod frecvent.” Fiți curgători. Dar noi ne tot uităm înapoi, nu-i așa? Ne agățăm de lucrurile din trecut și ne agățăm de lucrurile din prezent. „Când ai intrat în joc, nu mai poți da înapoi.” Vrei să te bucuri de o melodie? Vrei să te bucuri de o simfonie? Nu te lega de câteva măsuri muzicale. Nu te lega de câteva note. Lasă-le să treacă, lasă-le să curgă. Întreaga plăcere a unei simfonii stă în bunăvoința ta de a lăsa notele să treacă. Pe când, dacă o anume măsură muzicală te-a atras și ai strigat orchestrei: „Continuă s-o cânti iar și iar și iar”, aceea nu ar mai fi o simfonie. Cunoașteți poveștile cu bătrânul Nastratin Hoge? Este un personaj legendar, despre care grecii, turcii, perșii pretind că le aparține. Se spune că își prezenta învățăturile mistice în forma unor povestiri – în general istorii umoristice. Iar bufonul poveștilor era, întotdeauna, bătrânul Nastratin în persoană.

Într-o zi, Nastratin zdrăngănea la chitară, cântând doar o singură notă. După o vreme, în jurul lui s-a adunat o mulțime de oameni (întâmplarea avea loc în piață) și unul dintre bărbații care ședea pe jos pe lângă el, i-a spus: „Ce frumoasă notă cânti, hoga, dar de ce nu mai faci niște variații, așa cum fac ceilalți muzicieni?” „Proștii ăia,” a spus Nastratin „ei *caută* tot timpul nota potrivită. Eu *am găsit-o*.”

CRAMPONAREA DE ILUZII

Când te agăți de ceva, viața este distrusă; când te cramponezi, încetezi să mai exiști. Este ceva ce se spune peste tot în paginile Evangheliei. Acest lucru se obține prin înțelegere. Înțelege. Înțelege și altă iluzie – aceea că fericirea nu este același lucru cu emoția, nu este același lucru cu florii. Asta este o altă iluzie – că florii ar veni din trăirea unei dorințe împlinite. Dorința naște neliniște și, mai devreme sau mai târziu, ea aduce propria-i mahmureală. Când ai suferit suficient, atunci ești pregătit s-o vezi. Te hrănești cu emoții. Este ca și cum ai hrăni un cal de curse cu delicatose. Tu îi dai prăjituri și vin. Nu așa se hrănește

un cal de curse. Este ca și cum ai hrăni oamenii cu medicamente. Nu-ți umpli stomacul cu medicamente. Ai nevoie de mâncare și băutură bună, consistentă, hrănitoare. Trebuie să înțelegi singur toate astea.

O altă iluzie este că altcineva poate face asta în locul tău – că vreun salvator, sau guru, sau învățător ar putea-o face pentru tine. Nici cel mai mare guru din lume nu poate face un singur pas pentru tine. Trebuie s-o faci tu însuși. Sfântul Augustin a spus-o atât de minunat: „Iisus Christos în persoană nu a putut face nimic pentru cei ce-l ascultau.” Sau să repet acea minunată zicală arabă: „Natura ploii este aceeași – și totuși ea dă naștere și la spinii din mlaștină, și la florile din grădină.” *Tu* ești cel care trebuie s-o faci. Nimeni nu te poate ajuta. Tu ești cel care trebuie să-ți digeri hrana, tu ești cel care trebuie să înțelegi. Nimeni altcineva nu poate înțelege pentru tine. *Tu* ești cel care trebuie să caute. Nimeni nu poate căuta pentru tine. Iar dacă ceea ce cauți este adevărul, atunci *tu* trebuie s-o faci singur. Nu te poți sprijini pe nimeni.

Mai există încă o iluzie, și anume că este important să fii respectabil, să fii iubit și apreciat, să fii important. Mulți spun că avem o tendință naturală să fim iubiți și apreciați, să aparținem cuiva sau la ceva. Complet greșit. Renunțați la această iluzie și veți găsi fericirea. Avem tendința naturală de a fi liberi, tendința naturală de a iubi – și nu de *a fi iubiți*. Uneori, în ședințele mele de psihoterapie, mă confrunt cu o problemă generală: „Nimeni nu mă iubește; și atunci, cum pot fi fericit?” Îi explic celui ce întreabă: „Vrei să spui că nu ai niciodată vreun moment în care uiți că nu ești iubit, când lași să treacă acest gând, și ești fericit?” Bineînțeles că toți au.

O femeie, de exemplu, este absorbită de un film. Este o comedie, ea râde în hohote și, în acel moment binecuvântat, ea uită să-și amintească că nimeni nu o iubește, nimeni n-o iubește, nimeni n-o iubește. Ea este fericită! Apoi iese din sală, iar prietena ei cu care a văzut filmul pleacă împreună cu iubitul ei, lăsând-o pe femeie singură. Astfel, ea începe să gândească: „Toate prietenile mele au iubiți, iar eu n-am pe nimeni. Sunt atât de nefericită. *Nu mă iubește nimeni!*”

În India, mulți dintre cetățenii noștri săraci încep să-și procure aparate de radio cu tranzistori, care sunt un adevărat lux. „Toată lumea are un tranzistor”, îi auzi spunând „iar eu nu; vai, sunt atât de nefericit”. Până să înceapă toată lumea să-și cumpere aparate de radio cu tranzistori, omul era perfect fericit fără un asemenea radio. La fel se întâmplă și cu tine. Până să-ți spună cineva că n-ai cum să fii fericit decât dacă ești iubit, erai perfect fericit. Poți deveni fericit fără să fii iubit, fără să fii dorit sau atrăgător pentru cineva. Devii fericit prin contactul cu realitatea. Asta aduce fericirea – contactul cu realitatea, în fiecare clipă. Acolo îl vei găsi pe Dumnezeu; acolo vei găsi fericirea. Dar mulți dintre oameni nu sunt pregătiți să audă un asemenea lucru.

O altă iluzie este că evenimentele exterioare au puterea să te rănească, că alți oameni au puterea să te rănească. Nu au. Tu ești cel care le dă această putere.

O altă iluzie: Tu te confunzi cu toate acele etichete pe care ți le-au pus oamenii, sau pe care ți le-ai pus tu însuși. Nu-i adevărat, nu ești așa, nu ești așa! Deci, nu trebuie să te agăți de ele. În ziua în care cineva îmi spune că sunt un geniu și eu o iau în serios, am dat de bucluc. Îți dai seama de ce? Deoarece acum încep să devin încordat. Trebuie să fiu la înălțimea etichetei, trebuie s-o păstrez. După fiecare prelegere pe care o țin, trebuie să aflu: „Ți-a plăcut prelegerea? Tot mai ești convins că sunt un geniu?” Vezi? Deci, ceea ce trebuie să faci, este să distrugi eticheta! Distruge-o – și ești liber! Nu te identifica cu acele etichete. Asta este părerea altcuiva. Este modul în care *acea persoană* te-a perceput pe tine, în acel moment. Ce ești tu, de fapt? Ești un geniu? Ești un prostănac? Un mistic? Un nebun? Ce contează cu adevărat? Tu rămâi în continuare conștient, îți trăiești viața, clipă de clipă. Cât de minunată este descrierea prin cuvintele din Evanghelie: „Uitați-vă la păsările cerului: ele nici nu seamănă, nici nu seceră, nici nu strâng nimic în grânare ... Uitați-vă cu băgare de seamă cum cresc crinii de pe câmp: ei nici nu torc, nici nu țes”. Așa vorbește adevăratul mistic, cel care este treaz.

Prin urmare, de ce ești neliniștit? Poți tu, cu toate neliniștile tale, să-ți adaugi un singur moment la viață? De ce să te preocupe ziua de mâine? Există viață după moarte? Voi supra-

vieții după moarte? De ce să te preocupe ziua de mâine? Trăiește ziua de azi. Cineva a spus: „Viața este ceva ce ni se întâmplă, în timp ce noi suntem ocupați să ne facem alte planuri.” Este jalnic. Trăiește în momentul prezent. Acesta este unul dintre lucrurile care vei observa că ți se întâmplă pe măsură ce te trezești. Descoperi că trăiești în prezent, bucurându-te de fiecare clipă pe care o trăiești. Un alt semn destul de bun este când auzi simfonia, notă cu notă, fără să vrei s-o întrerupi.

AMINTIRI PE CARE LE PREȚUIM

Aceasta mă aduce la o altă temă, un alt subiect. Dar acest subiect nou se leagă foarte mult de ceea ce spuneam și de sugestia mea de a deveni conștienți de toate lucrurile pe care le adăugăm la realitate. Să facem acest pas în același timp.

Un iezuit îmi spunea deunăzi cum, cu ani în urmă, a ținut un discurs în New York, unde portoricanii erau foarte nepopulari pe vremea aceea, din cauza unui incident. Toată lumea spunea tot felul de lucruri împotriva lor. Astfel că, în discursul lui, el a spus: „Lăsați-mă să vă citesc câte ceva din lucrurile pe care le spuneau oamenii din New York despre anumiți imigranți.” Ceea ce le-a citit era, de fapt, ce spusese oamenii despre irlandezi și despre germani și despre fiecare nou val de imigranți care veniseră în New York, cu ani în urmă! El a spus-o atât de bine: „Acești oameni nu aduc delicvența cu ei; ei devin delicvenți, când se confruntă cu anumite situații de aici. Trebuie să-i înțelegem. Dacă vreți să remediați situația, este inutil să reacționați din prejudecată. Aveți nevoie de înțelegere, nu de judecată.” Astfel produceți schimbarea în voi înșivă. Nu prin judecată, nu dându-vă porecle, ci prin înțelegerea a ceea ce se întâmplă. Nu spunând despre voi înșivă că sunteți păcătoși, mârșavi, bătrâni. Nu, nu, nu, nu!

Pentru a obține conștiența, trebuie să vezi – și nu poți vedea, dacă ai prejudecăți. Aproape tot ce privim, privim cu prejudecată. E mai mult decât suficient pentru a demoraliza pe oricine.

Este ca reîntâlnirea cu un prieten pierdut de mult timp. „Hei, Tom,” spun eu. „Ce plăcere să te revăd” și îl strâng în brațe. Oare pe cine îmbrățișez eu – pe Tom, sau amintirea mea

despre el? O ființă umană vie, sau un cadavru? Presupun că el a rămas același tip simpatic care credeam că este. Presupun că încă se potrivește cu ideea pe care o am despre el și cu amintirile și asocierile mele. Deci, îl îmbrățișez. Cinci minute mai târziu, aflu că el s-a schimbat și nu mă mai interesează. Am îmbrățișat pe cine nu trebuia.

Dacă vreți să vedeți cât de adevărat este acest lucru, ascultați: O călugăriță din India pleacă să organizeze o conferință. Toată lumea din comunitate spune: „Da, știm, aceasta face parte din farmecul ei; ea participă mereu la seminarii și merge la conferințe; nimic n-o va schimba.” Acum, iată ce se întâmplă: sora se schimbă la acest seminar special, sau grup de terapie, sau orice-o fi fost. Ea se schimbă; toată lumea observă schimbarea. Toată lumea spune: „Vai, ai ajuns cu adevărat la un anumit nivel de cunoaștere, nu-i așa?” Ea a atins această cunoaștere și ei își pot da seama de schimbarea din comportamentul său, din corpul său, de pe fața sa. Întotdeauna se cunoaște când apare o schimbare interioară. Întotdeauna se întipărește pe fața ta, în ochii tăi, în corpul tău. Ei bine, sora se întoarce la comunitatea ei și, întrucât comunitatea are despre ea o idee preconcepută, fixă, ei continuă s-o privească prin prisma acelei prejudecăți. Ei sunt singurii care nu văd nici o schimbare în ea. Ei spun: „Ei bine, pare puțin mai vioaie, dar aveți doar puțină răbdare și va fi iar deprimată.” Și, în câteva săptămâni, ea *este* într-adevăr deprimată din nou, pentru că reacționează la reacțiile lor. Și toți spun: „Vezi, ți-am spus noi; nu s-a schimbat.” Dar tragedia este că ea s-a schimbat, numai că ei n-au observat. Percepția are consecințe devastatoare, când e vorba de iubire și de relații inter-umane.

Oricare ar fi relația, ea implică, în mod cert, două lucruri: claritatea percepției (în măsura în care suntem capabili de ea; unii oameni ar polemiza asupra gradului în care putem obține claritatea percepției, dar nu cred că există cineva care să conteste faptul că ar fi de dorit să facem ceva în această direcție) și exactitatea răspunsului. Este mult mai probabil că vei da un răspuns exact, atunci când percepi limpede.

Când percepția ta este distorsionată, nu mai e cert că vei răspunde precis. Cum poți iubi pe cineva pe care nici măcar nu-l

vezi? Vezi, cu adevărat, pe cineva de care ești atașat? Vezi, cu adevărat, pe cineva de care-ți este frică și de aceea nu-l plăci? Noi întotdeauna urâm ceva de care ne este frică.

„Frica de Dumnezeu este începutul înțelepciunii”, îmi spun oamenii câteodată. Dar stați puțin. Eu sper ca ei înțeleg ce spun, deoarece noi urâm totdeauna ceva de care ne este frică. Vrem întotdeauna să distrugem și să evităm și să scăpăm de ceva de care ne este frică. Când îți e frică de cineva, nu-ți place acea persoană. Acea persoană îți displace, în aceeași măsură în care îți este frică de ea. Și nici nu *vezi* acea persoană, deoarece sentimentul îți stă în cale. Același lucru este la fel de adevărat și în cazul în care ești atras de cineva. Când își face apariția iubirea adevărată, nu mai ești în situația în care să-ți placă sau să nu-ți placă de un om, în sensul obișnuit al cuvântului. Tu îl percepi limpede și reacționezi precis. Dar, la acest nivel uman, simpatiile și antipatiile tale, preferințele și atracțiile tale etc., continuă să-ți stea în cale. Deci trebuie să fii conștient de prejudecățile tale, de simpatiile sau antipatiile tale, de atracțiile pe care le ai. Ele sunt toate prezente, ele pornesc din condiționarea ta. Cum se face că ție îți plac lucruri pe care eu nu le agreez? Să fie deoarece cultura ta este diferită de a mea? Sau pentru că educația ta e diferită de a mea? Dacă ți-aș da să mănânci unele lucruri pe care eu le savurez, s-ar putea ca ție să ți se facă scârbă.

În anumite părți din India există oameni cărora le place carnea de câine. Cu toate acestea, dacă li s-ar spune că au fost serviți cu friptură de câine, altor persoane li s-ar face rău. De ce? Condiționare diferită, programare diferită. Hindușii s-ar simți rău dacă ar ști că au mâncat carne de vită, însă americanilor le place. Mă întreb: „De ce nu mănâncă vacă?” Din același motiv pentru care tu nu ți-ai mânca câțelul favorit. Același motiv. Pentru țaranul indian, vaca este ceea ce e pentru tine câțelul tău favorit. El nu vrea s-o mănânce. Există o componentă a prejudecății culturale împotriva acestui fapt, care salvează un animal atât de necesar pentru agricultură etc.

Deci, ce mă face cu adevărat să mă îndrăgostesc de o anume persoană? Cum se întâmplă că mă îndrăgostesc de un anume tip de persoană și nu de altul? Deoarece sunt condiționat.

În subconștient, port o imagine care mă convinge că acel tip aparte de persoană mă ispitește, mă atrage. Deci, când întâlnesc această persoană, mă îndrăgostesc până peste cap. Dar, oare, eu am văzut-o pe ea cu adevărat? Nu! O voi vedea după ce mă căsătoresc cu ea; atunci vine trezirea. Și abia atunci vine vremea în care poate începe iubirea. Dar să te îndrăgostești nu are nici o legătură cu iubirea. Nu este iubire, este dorință, dorință arzătoare. Tu vrei din toată inima ca această creatură adorabilă să-ți spună că se simte atrasă de tine. Asta îți dă o senzație grozavă. Între timp, toți ceilalți spun: „Ce naiba vede la ea?” Dar asta este condiționarea lui – el nu vede. Se spune că iubirea e oarbă. Credeți-mă, nimic nu are vederea mai pătrunzătoare decât iubirea adevărată – nimic. Este cel mai perspicace lucru de pe lume. Dependența este oarbă, atașamentul este orb. Cramponarea, pofța și dorința sunt oarbe. Dar ele nu sunt iubire adevărată. Nu le numiți iubire. Dar, bineînțeles că, în majoritatea limbilor moderne, cuvântul s-a demonetizat. Oamenii vorbesc despre a face dragoste și a se îndrăgosti. Ca băiețelul care îi spune fetei: „Ai avut vreodată un iubit?” Iar ea răspunde: „Nu, doar un *plăcut*”.

Va să zică, despre ce vorbesc oamenii când se îndrăgostesc? Primul lucru de care avem nevoie este claritatea percepției. Un motiv pentru care noi nu percepem oamenii clar este evident – ne împiedică emoțiile noastre, condiționarea noastră, simpatiile și antipatiile noastre. Trebuie să facem față acestei situații. Dar mai trebuie să ne confruntăm cu ceva mult mai fundamental – cu ideile noastre, cu concluziile noastre, cu conceptele noastre. Credeți sau nu, fiecare noțiune care a fost concepută să ne ajute să intrăm în contact cu realitatea, sfârșește prin a fi o barieră în încercarea de a lua legătura cu realitatea – deoarece, mai devreme sau mai târziu, uităm că vorbele nu sunt realitatea.

Conceptul nu este același cu realitatea. Ele sunt diferite. De aceea v-am spus mai devreme că ultima piedică în calea găsirii lui Dumnezeu este cuvântul „Dumnezeu” însuși, ca și conceptul despre Dumnezeu. Dacă nu ești atent, îți va sta în cale. A fost conceput ca să te ajute; poate fi de ajutor – dar, la fel de bine, poate fi o piedică.

SĂ TRECEM LA LUCRURI CONCRETE

De fiecare dată când am o idee, este ceva ce se aplică la un număr mai mare de persoane. Nu vorbim aici despre un anumit nume, cum ar fi Mary sau John, care nu are o semnificație conceptuală. Un concept se aplică oricărui număr de indivizi – unui număr infinit de indivizi. Noțiunile sunt universale. De exemplu, cuvântul „frunză” este valabil pentru toate frunzele dintr-un copac; același cuvânt se aplică fiecărei frunze în parte. În plus, același cuvânt se aplică la toate frunzele din toți copacii, fie ele mari, mici, firave, uscate, îngălbenite, verzi, ori de bananier. Deci, dacă îți spun că azi dimineață am văzut o frunză, nu poți avea nici o idee despre ce am văzut.

Să vedem dacă înțelegi. Tu ai o idee despre ceea ce *nu* am văzut. Eu nu am văzut un animal. Eu nu am văzut un câine. Eu nu am văzut o ființă umană. Eu nu am văzut un pantof. Deci, ai un fel de idee vagă despre ce am văzut, dar ea nu este detaliată, nu este concretă. „Ființă umană” nu se referă la un om primitiv, nici la un om civilizat, nici la un adult, nici la un copil, nici la un bărbat ori o femeie, la o vârstă sau alta, la o cultură sau alta, ci la un concept, la o noțiune.

Ființa umană este ceva concret; nu poți întâlni niciodată un om universal, care să fie identic cu conceptul tău. Așadar, conceptul tău dă niște indicii, dar nu este niciodată absolut precis; îi lipsește caracterul unic, concret. Conceptul este universal.

Când vă prezint un concept, vă ofer *ceva* dar, totuși, cât de puțin vă dau! Conceptul este extrem de prețios, foarte folosit pentru știință. De exemplu, dacă aș spune că fiecare dintre cei de față este un animal, acest lucru ar fi perfect exact din punct de vedere științific. Dar noi suntem ceva mai mult decât animalele. Dacă spun că Mary Jane este un animal, este adevărat; dar deoarece eu am omis ceva esențial despre ea, este fals; îi fac o nedreptate. Când numesc o persoană, femeie, este adevărat; dar sunt multe lucruri în acea persoană care nu se potrivesc cu conceptul de „femeie”. Ea este întotdeauna o femeie deosebită, concretă, unică, care poate fi doar cunoscută, nu rezumată

într-un concept. Trebuie s-o văd, s-o cunosc, s-o intuiesc eu însumi pe această persoană concretă. Individul poate fi intuit, dar nu poate fi exprimat în concepte.

O persoană este dincolo de mintea rațională. Mulți dintre voi ar fi, probabil, mândri să fie numiți americani, la fel cum și mulți indieni ar fi, probabil, mândri să fie numiți indieni. Dar ce este „american”, ce este „indian”? E o convenție; nu e parte a naturii umane. Tot ceea ce ai, este o etichetă. Tu, de fapt, nu cunoști persoana. Conceptul scapă sau omite întotdeauna ceva extrem de important, ceva prețios, care se găsește doar în realitate, care este unicitatea concretă.

Marele Krishnamurti a exprimat atât de bine acest lucru prin cuvintele: „În ziua în care îl vei învăța pe un copil numele unei păsări, copilul nu va mai vedea vreodată acea pasăre.” Cât este de adevărat! Prima dată, copilul vede acel obiect pufos, viu, mișcător și tu îi spui: „Vrabie”. Apoi, a doua zi când copilul vede un alt obiect pufos, mișcător, asemănător cu celălalt, spune: „O, vrăbii. Am văzut vrăbii. M-am *plictisit* de vrăbii.”

Dacă nu te-ai uita la lucruri prin prisma conceptelor tale, nu te-ai plictisi niciodată. Fiecare lucru este unic. Fiecare vrabie este diferită de celelalte vrăbii, în ciuda asemănărilor. Este de mare ajutor să existe asemănări, astfel ca noi să rezumăm, astfel ca noi să putem concepe o noțiune. Este de un mare ajutor, din punct de vedere al comunicării, educației, științei. Dar e de asemenea foarte derutant – și un mare obstacol în posibilitatea de a-l vedea pe *acest* individ concret. Dacă orice experiență pe care o trăiești este conceptul tău, tu nu trăiești realitatea, deoarece realitatea este concretă. Conceptul este un sprijin pe calea spre realitate, dar, când ajungi la ea, trebuie s-o intuiești sau s-o trăiești ca pe o experiență directă.

O a doua caracteristică a unui concept este că acesta e static, pe când realitatea este în transformare continuă. Noi folosim aceeași denumire pentru cascada Niagara, dar apa aceea se schimbă neîncetat. Există cuvântul „fluviu”, dar apa lui curge permanent. Dispuim de un singur cuvânt pentru „corpul” tău, dar celulele corpului tău se reînnoiesc constant. Să presupunem, de exemplu, că afară bate un vânt puternic, iar eu vreau ca oamenii

din țara mea să-și facă o idee despre cum este o furtună, sau un uragan american. Așa că, îl prind și-l închid într-un pachet de țigări, merg acasă și zic: „Ia uitați-vă la asta”. Firește, nu mai e o furtună, nu-i așa, odată ce am *capturat-o*?! Sau, cum aș putea să vă fac să simțiți cum este curentul unui fluviu, dacă vi l-aș aduce într-o găleată? Din clipa în care l-am pus în găleată, a încetat să mai curgă. În momentul în care voi închideți lucrurile într-un concept, ele încetează să mai curgă; ele devin statice, moarte. Un val înghețat nu mai este val. Un val este, în esență, mișcare, acțiune; când îl îngheți, el încetează să mai fie un val. Conceptele sunt întotdeauna înghețate. Realitatea curge. În final, dacă ar fi să-i credem pe mistici (și nu-ți trebuie un efort prea mare ca să înțelegi sau să crezi – dar nimeni nu poate să vadă asta dintr-o dată), realitatea este *un tot*, însă cuvintele și conceptele *fragmentează* realitatea. De aceea este atât de greu să traduci dintr-o limbă în alta, pentru că fiecare limbă decupează realitatea în mod diferit. Cuvântul englezesc „acasă” este imposibil de tradus în franceză sau spaniolă. „Casa” nu este chiar „acasă”; „acasă” are implicații care sunt caracteristice limbii engleze. Fiecare limbă are cuvinte și expresii ce nu pot fi traduse, deoarece deformăm realitatea și adăugăm ceva sau scădem ceva, iar sensul în care folosim cuvintele se schimbă într-una. Realitatea este un întreg, iar noi o știrbim, pentru a fabrica concepte și folosim cuvinte, pentru a denumi diferite părți. Dacă, de exemplu, nu ați fi văzut niciodată în viața voastră un animal, și într-o zi ați găsi o coadă – doar o coadă de animal – și cineva v-ar spune: „Acea este o coadă”, ați avea vreo idee despre ce este vorba, dacă nu aveți nici o idee despre ce înseamnă un animal?

De fapt, ideile fragmentează perceperea, intuiția, sau trăirea experienței realității ca pe un tot. Așa ne tot repetă misticii. Cuvintele nu-ți pot oferi realitatea. Ele doar arată, ele doar indică. Le folosești ca marcaje pentru a ajunge la realitate. Dar, odată ce-ai ajuns acolo, conceptele tale sunt inutile. Odată, un preot hindus a avut o dispută cu un filozof, care pretindea că ultima barieră către Dumnezeu este cuvântul „Dumnezeu”, conceptul de Dumnezeu. Preotul a fost destul de șocat de această afirmație, dar filozoful a spus: „Măgarul pe care încaleci și pe care

îl folosești pentru a merge până la o casă, nu este mijlocul prin care intri în casă. Tu folosești conceptul pentru a ajunge acolo; apoi descaleci și mergi mai departe.” Nu trebuie să fii mistic, pentru a înțelege că realitatea este ceva ce nu poate fi surprins în cuvinte sau concepte. Pentru a cunoaște realitatea, trebuie să *știi dincolo de cunoaștere*.

Aceste cuvinte trezesc ceva în tine? Aceia dintre voi care cunosc *Norul neștiinței* au recunoscut și această expresie. Poeții, pictorii, misticii și marii filozofi sesizează cu toții acest adevăr. Să presupunem că, într-o zi, privesc la un copac. Până acum, de fiecare dată când m-am uitat la un copac, am spus: „Ei bine, este un copac”. Dar azi, când mă uit la un copac, nu văd un copac. Cel puțin, nu văd ceea ce eram obișnuit să văd. Văd ceva cu prospețimea cu care vede un copil. Nu am cuvinte pentru ceea ce văd. Văd ceva unic, întreg, curgător, nefragmentat. Ceva care îmi trezește admirația. Dacă m-ai întreba: „Ce ai văzut?”, ce crezi că aș răspunde? Nu am cuvinte pentru asta. Nu există cuvinte pentru realitate. Pentru că, imediat ce îi atribui un cuvânt, ne întoarcem din nou la concepte.

Și dacă eu nu pot exprima această realitate care este vizibilă pentru simțurile mele, cum ar putea cineva exprima ceea ce nu poate fi văzut cu ochii, sau auzit cu urechile? Cum găsește cineva un cuvânt pentru realitatea lui Dumnezeu? Ați început să înțelegeți ce spuneau Thomas d'Aquino, Sfântul Augustin și toți ceilalți – și ceea ce predică biserica în mod constant, când spune că Dumnezeu este mister și e de neînțeles pentru mintea umană?

Într-una din ultimele sale scrisori, marele Karl Rahner i se adresa unui tânăr german dependent de droguri, care îi ceruse ajutorul. Dependentul îi spusese: „Voi, teologii, vorbiți despre Dumnezeu, dar ce importanță poate avea acest Dumnezeu în viața mea? Cum ar putea acest Dumnezeu să mă scape de droguri?” Rahner i-a spus: „Trebuie să-ți mărturisesc cu toată sinceritatea că, pentru mine, Dumnezeu este și a fost întotdeauna un mister absolut. Eu nu înțeleg ce este Dumnezeu; nimeni nu o poate face. Avem indicii, bănuieli; facem încercări șovăielnice, insuficiente pentru a exprima misterul în cuvinte. Dar nu există nici un cuvânt, nici o expresie pentru El.” În cuvintele adresate

unui grup de teologi din Londra, Rahner a spus: „Sarcina teologilor este să explice totul prin Dumnezeu și să-L explice pe Dumnezeu ca pe cel de neexplicat.” Mister de neexplicat. Nu se poate ști, nu se poate spune, se pot rosti doar exclamații: „A, aaa ...”

Cuvintele sunt indicii, ele nu sunt descrieri. Din nenorocire, oamenii cad în idolatrie, deoarece cred că acolo unde e vorba de Dumnezeu, important este cuvântul. Cum poți fi atât de nebun? Ai putea fi și mai nebun? Chiar și dacă este vorba de ființe umane, de copaci, sau frunze, sau animale, nu cuvântul este important. Și vrei să spui că, atunci când e vorba de Dumnezeu, cuvântul capătă importanță? Ce tot spui tu acolo? Un erudit de renume mondial a urmat cursul meu la San Francisco și mi-a spus: „Dumnezeule, după ce te-am ascultat, înțeleg că toată viața n-am făcut altceva decât să mă închin la idoli!” A spus-o deschis. „Niciodată nu mi-a dat prin cap că am fost un adorator al idolilor. Idolul meu nu era făcut din lemn sau metal; era un idol mental.” Aceștia sunt cei mai periculoși adoratori de idoli. Ei folosesc o substanță foarte subtilă – mintea – pentru a-și crea Dumnezeul.

Iată către ce vă călăuzesc eu: spre conștiința realității din jurul vostru. Conștiință înseamnă să veghezi, să observi ce se întâmplă în sinea ta și în jurul tău. „Se întâmplă” este destul de exact: Pomi, iarbă, flori, animale, pietre, *toată* realitatea este în mișcare. Se poate observa, este vizibilă. Cât de vital este pentru ființa umană nu doar să se observe pe sine însăși, ci să privească întreaga realitate! Ești prizonierul conceptelor tale? Vrei să evadezi din închisoarea ta?

Atunci *privește*; observă; petrece ore întregi observând. Privind ce? *Orice*. Chipurile oamenilor, forma copacilor, o pasăre în zbor, o grămadă de pietre, privește cum crește iarbă. Intră în contact cu lucrurile, privește-le. Să sperăm că atunci te vei smulge din aceste tipare rigide pe care le-am creat cu toții, din ceea ce ne-au impus gândurile noastre și cuvintele noastre. Să sperăm că vom vedea. Ce vom vedea? Acest lucru pe care am ales să-l numim realitate, orice-ar fi el dincolo de cuvinte și concepte. Acesta este un exercițiu *spiritual* – legat de spiritualitate – legat de evadarea din temnița voastră, în afara închisorii conceptelor și cuvintelor.

Cât de trist ar fi dacă am trece prin viață fără s-o vedem cu ochi de copil! Asta nu înseamnă că trebuie să renunțați complet la conceptele voastre; ele sunt foarte prețioase. Chiar dacă începem fără ele, conceptele au o funcție pozitivă. Cu ajutorul lor ne dezvoltăm inteligența. Suntem îndemnați nu să devenim copii, ci să devenim *ca* niște copii. Trebuie să recădem dintr-un stadiu al inocenței și să fim izgoniți din paradis; prin aceste concepte trebuie să-l creăm pe „eu” și pe „mine”. Dar apoi, trebuie să ne reîntoarcem în paradis. Trebuie să fim mântuiți. Trebuie să îndepărtăm vechiul om, vechea natură, sinele condiționat și să ne reîntoarcem la stadiul de copil – însă fără *să fim* copii. Când pornim în viață, privim la realitate cu uimire, dar nu este uimirea inteligentă a misticilor; este uimirea fără formă a copilului. Mai târziu, uimirea moare și este înlocuită de plictiseală, pe măsură ce ne dezvoltăm limbajul și cuvintele și conceptele. Apoi, să sperăm că, dacă avem noroc, ne vom reîntoarce la uimire.

CÂND NU-ȚI MAI GĂSEȘTI CUVINTELE

Dag Hammarskjöld, fostul secretar general al Națiunilor Unite, a spus foarte frumos: „Dumnezeu nu moare în ziua în care noi încetăm să mai credem într-o divinitate personală. Însă noi murim în ziua în care viețile noastre încetează să mai fie iluminate de strălucirea permanentă a acestei minuni reînnoite zilnic, izvorul care se găsește dincolo de toată rațiunea.” Nu trebuie să ne certăm pentru un cuvânt, deoarece „Dumnezeu” este doar un cuvânt, un concept. Niciodată nu se polemizează în legătură cu realitatea; noi ne certăm doar pentru păreri, pentru concepte și noțiuni, pentru judecăți. Renunțați la concepte, renunțați la păreri personale, renunțați la prejudecăți, renunțați la judecățile voastre, și vă veți da seama.

„*Quia de deo scire non possumus quid sit, sed quid non sit, non possumus considerare de deo, quomodo sit sed quomodo non sit.*” Aceasta este introducerea Sfântului Thomas d’Aquino la întreaga sa *Summa Theologica*: „Din moment ce noi nu știm ce este Dumnezeu, ci numai ce nu este Dumnezeu, nu putem analiza cum este Dumnezeu, ci numai cum nu este El.”

Am pomenit deja comentariul lui Thomas despre *De sancta Trinitate*, a lui Boethius, în care el spune că cel mai înalt grad al cunoașterii lui Dumnezeu este să-L cunoști pe Dumnezeu ca pe cel incognoscibil, *tamquam ignotum*. Iar în *Questio Disputata de Potentia Dei*, Thomas spune: „Aceasta este etapa finală a cunoașterii umane despre Dumnezeu – să știm că nu-L cunoaștem pe Dumnezeu.” Acest domn a fost considerat prințul teologilor. A fost un mistic și este acum un sfânt canonizat. Ne aflăm pe un teren destul de solid.

În India avem o zicală sanscrită pentru acest gen de lucruri: „*neti, neti*.” Aceasta înseamnă: „nu aceea, nu aceea”. Metoda personală a Sfântului Thomas este cunoscută sub denumirea de *via negativa*, calea negativă. C. S. Lewis a scris un jurnal, în perioada în care soția sa era pe moarte. El este intitulat *Studiul unei suferințe*. Omul se căsătorise cu o americană pe care o iubea foarte mult. El le-a spus prietenilor săi: „Dumnezeu mi-a dat, la șazeci de ani, ceea ce mi-a refuzat la douăzeci.” Abia se căsătoriseră când ea a murit de un cancer chinuitor. Lewis a spus că întreaga sa credință s-a năruit, ca o casă din cărți de joc. Când nenorocirea l-a lovit în ce avea mai drag, el, marele apologet creștin, și-a pus întrebarea: „Ce este Dumnezeu – Tatăl iubitor, sau cel care ne disecă pe viu?” Există dovezi suficiente în ambele sensuri! Îmi amintesc că atunci când mama s-a îmbolnăvit de cancer, sora mea mi-a spus: „Tony, de ce a îngăduit Dumnezeu să i se întâmple mamei așa ceva?” Eu i-am răspuns: „Draga mea, anul trecut, un milion de oameni au murit de foame în China din cauza secetei, iar tu nu ți-ai pus nici o întrebare”. Câteodată, cel mai bun lucru care poate să ni se întâmple este să fim treziți la realitate printr-o nenorocire, fiindcă atunci ne vom întoarce la credință, așa cum s-a întâmplat cu C. S. Lewis.* El a spus că, anterior, nu avusese nici o îndoială că oamenii supraviețuiesc morții, dar când i-a murit soția, n-a mai fost atât de sigur. De ce? Deoarece pentru el era foarte important ca ea să fie în viață. După cum știți, Lewis este părintele comparațiilor și analogiilor. El spune: „Gândește-te la o frânghie. Cineva te întreabă:

* Lewis Clive Staples, 1898-1963, scriitor și critic englez. N. T.

„Ar putea ea ține o greutate de o șazeci de kilograme?” Tu răspunzi: „Da”. „Ei bine, îl vom atârna pe cel mai bun prieten al tău de această frânghie.” Atunci spui: „Stai puțin, lasă-mă să verific frânghia încă o dată.” Acum nu mai ești atât de sigur.” Lewis a mai spus în jurnalul său că noi nu putem ști nimic despre Dumnezeu și că până și întrebările noastre despre Dumnezeu sunt absurde. De ce? Este ca și cum o persoană lipsită de vedere din naștere, te întreabă: „Culoarea verde este caldă sau rece?” *Neti, neti*, nu asta. „Este lungă sau scurtă?” Nu asta. „Este dulce sau acră?” Nu asta. „Este rotundă, ovală sau pătrată?” Nu asta, nu asta. Persoana oarbă nu are cuvinte, concepte, pentru o culoare despre care nu are idei, intuiție, experiență. Tu îi poți vorbi doar făcând analogii. Nu contează ce întreabă; tu nu poți spune decât: „Nu asta.” C.S. Lewis spune undeva că este ca și cum ai întreba câte minute sunt în culoarea galbenă. Toată lumea poate lua întrebarea în serios, dezbătând-o, contrazicându-se din cauza ei. Cineva sugerează că există douăzeci și cinci de morcovi în culoarea galbenă, altcineva spune: „Nu, șaptesprezece cartofi,” și, dintr-o dată, încep să se certe. Nu asta, nu asta!

Acesta este etapa finală în cunoașterea noastră omenească despre Dumnezeu – să știm că nu știm. Marea noastră tragedie este că știm prea mult. *Credem* că știm, asta e tragedia noastră, deci nu descoperim niciodată nimic.

De fapt, Thomas d'Aquino (care nu este numai teolog, ci și un mare filozof) spune în repetate rânduri: „Toate eforturile minții umane nu pot epuiza esența unei singure muște.”

CONDIȚIONAREA CULTURALĂ

Să mai spunem câte ceva despre cuvinte. V-am spus mai devreme că vorbele sunt limitate. Mai am ceva de adăugat. Există unele cuvinte care-i corespund lui *nimic*. De exemplu, eu sunt indian. Acum să presupunem că sunt prizonier de război în Pakistan, și mi se spune: „Ei bine, azi te vom duce la frontieră și îți vei vedea țara.” Așa că ei mă duc la frontieră, iar eu trec granița și acum gândesc: „O, țara mea, frumoasa mea țară. Văd sate și copaci și coline. Acesta este pământul meu natal!” După un

Conștiența
timp, unul dintre paznici îmi spune: „Scuză-mă, am făcut o greșală. Trebuie să mergem cu zece mile mai departe.” La ce reacționasem eu? La nimic. Mă concentrasem pe un cuvânt, India. Dar copacii nu sunt India; copacii sunt copaci. De fapt, nu există frontiere sau granițe. Ele au fost puse acolo de mintea umană; în general, de politicieni proști și avari. Țara mea a fost cândva o singură țară; acum sunt patru. Dacă nu suntem atenți, s-ar putea să se facă șase. Atunci vom avea șase drapele, șase armate. De aceea nu mă vei vedea vreodată salutând un drapel. Eu detest toate drapelele naționale, pentru că ele reprezintă idoli. Ce salutăm noi? Eu salut omenirea, nu un drapel înconjurat de o armată.

Drapelele sunt în mintea oamenilor. Oricum, în vocabularul nostru există mii de cuvinte care nu corespund deloc cu realitatea. Dar ce emoții intense declanșează ele în noi! Așa că începem să vedem lucruri care nici nu există. Noi *vedem*, de fapt, munți indieni, acolo unde nu există și vedem, de fapt, cetățeni indieni, care nici ei nu există.

Condiționarea ta americană există. Condiționarea mea indiană există. Dar asta nu e un lucru îmbucurător. În țările din lumea a treia se vorbește foarte mult în zilele noastre despre „integrarea în cultură”. Ce este acest lucru numit „cultură”? Nu prea îmi convine acest cuvânt. Nu înseamnă oare că ți-ai dori să faci ceva, pentru că ai fost condiționat să faci acel lucru? Că ți-ai dori să simți ceva, pentru că ai fost condiționat să ai acea senzație? Nu înseamnă aceasta să ai un comportament mecanic? Imaginați-vă un bebeluș american care este adoptat de un cuplu rus și luat în Rusia. El nu are nici o idee că s-a născut american. A fost învățat să vorbească rusește; trăiește și moare pentru mama Rusia; îi urăște pe americani. Copilul este impregnat de cultura sa proprie; este cufundat în propria sa literatură. El privește lumea prin ochii culturii sale. Acum, dacă vrei să-ți porți cultura tot așa cum îți porți hainele, treaba ta. Femeia din India se va îmbrăca în sari, iar americanca în alt gen de haine, și japoneza ar purta kimono. Însă nimeni nu se identifică pe el însuși cu hainele. Dar tu vrei să-ți porți cultura la vedere. Începi să te mândrești cu cultura ta. Ești învățat să fii mândru de ea. Dați-mi voie s-o spun cât se poate de apăsător. Am un prieten iezuit care mi-a

Conștiența
spus: „De câte ori văd un cerșetor sau un om sărac, nu mă pot abține să nu-i dau ceva de pomană. Așa am învățat de la mama.” Mama lui ar fi în stare să-i dea de mâncare oricărui om sărman pe care-l întâlnește. Eu i-am spus: „Joe, acest obicei al tău nu este o virtute; ci o constrângere, una *benefică* din punctul de vedere al cerșetorului – dar care rămâne, oricum, o constrângere.”

Îmi amintesc de un alt iezuit care ne-a spus, odată, la o adunare amicală a bărbatilor din zona iezuită din Bombay: „Am optzeci de ani; am fost iezuit timp de șaiszeci și cinci de ani. N-am sărit niciodată peste ora de meditație – nici măcar o dată”.

Mă rog, ar putea fi un lucru de admirat, dar ar putea reprezenta și o constrângere. Gestul acesta nu comportă nici un merit deosebit, dacă este făcut mecanic.

Frumusețea unei acțiuni derivă nu din faptul că a devenit un obicei, ci din sensibilitatea ei, din nivelul de conștiință, din claritatea percepției și corectitudinea reacției. Îi pot spune *da* unui cerșetor și altuia *nu*. Nu mă forțează nici o condiționare sau programare din experiențele mele trecute, sau din cultura mea. Nimeni nu mi-a imprimat nimic în cap, sau, dacă s-a întâmplat așa, eu nu mai reacționez după acele idei. Dacă ai avea o experiență neplăcută cu un american, sau ai fi mușcat de un câine, sau ai păți ceva neplăcut cu un anume aliment, această experiență te-ar influența pe tot restul vieții. Iar asta este rău! Trebuie să te eliberezi.

Nu căra după tine experiențe din trecut. De fapt, n-ar trebui să cari nici experiențe bune din trecut. Învăță ce înseamnă să trăiești ceva pe deplin – apoi debarasează-te de acea experiență și treci la momentul următor, neinfluențat de ce a fost anterior. Ai călători cu un bagaj atât de mic, încât ai putea trece prin urechea acului. Ai ști ce este viața eternă, deoarece viața eternă este *acum*, în nesfârșitul *acum*. Doar așa vei intra în viața eternă. Dar ce încărcătură mare căram după noi. Nu ne stabilim niciodată sarcina de a ne elibera, de a renunța la bagaj, de a fi noi înșine. Îmi pare rău că trebuie să spun că, oriunde m-aș duce, întâlnesc musulmani care se folosesc de religia, de rugăciunea și Koranul lor ca pretext pentru a se abate de la această sarcină. La fel se întâmplă cu hindușii și creștinii.

Îți poți imagina omul eliberat de influența cuvintelor? Oricâte cuvinte i-ai oferi, el va rămâne cinstit cu tine. Îi poți spune: „Eu sunt arhiepiscopul, cardinalul cutare și cutare”, iar el va rămâne corect în relația cu tine, nu te va înșela; el te va vedea așa cum ești, pentru că nu se lasă influențat de etichete.

REALITATEA TRECUTĂ PRIN FILTRU

Aș vrea să vă mai spun ceva despre percepția noastră asupra realității. Dați-mi voie să mă exprim printr-o comparație. Președintele Statelor Unite trebuie să afle care este reacția cetățenilor americani la o anumită problemă. Papa trebuie să cunoască reacție întregii biserici. Există efectiv milioane de date care le-ar putea fi transmise, dar le-ar fi greu să le recepteze pe toate – darămite să le digere. Așa că au oameni de încredere care să facă studii, analize, să sintetizeze date, să monitorizeze, să filtreze; iar la urmă, unele dintre ele ajung pe biroul lor.

Păi, cam același lucru ni se întâmplă și nouă. Prin toți porii, prin toate celulele vii ale corpului, prin toate simțurile noastre, noi recepționăm o reacție din partea realității. Însă noi filtrăm lucrurile în permanență. Cine face filtrarea? Condiționarea noastră? Cultura noastră? Programarea noastră? Felul în care am fost învățați să vedem lucrurile și să le experimentăm? Chiar și vocabularul nostru poate fi un filtru. Filtrarea este atât de intensă, încât uneori vei trece cu vederea lucruri care există cu adevărat. Nu trebuie decât să te uiți la un paranoic care se simte amenințat în permanență de ceva ce nu există de fapt, care interpretează în mod constant realitatea în funcție de anumite experiențe din trecut, sau de anumite condiționări pe care le-a avut.

Dar mai există încă un demon, care se ocupă și el de filtrare. Numele lui este atașament, dorință, lăcomie. Sursa amărăciunii este lăcomia. Lăcomia deformează și distruge percepția. Frica și dorința ne bânuie.

Samuel Johnson a spus: „Știrea că peste o săptămână va fi spânzurat, face mintea omului să se concentreze într-un mod excepțional.” Ștergi tot restul și te concentrezi doar pe frică, sau pe dorință, sau pe lăcomie. În multe privințe am fost drogați,

încă de când eram mici. Am fost educați să avem nevoie de oameni. Pentru ce? Pentru acceptare, aprobare, apreciere, aplauze – pentru ceea ce se numește *succes*.

Acestea sunt cuvinte care nu corespund realității. Ele sunt convenții, lucruri care sunt inventate, dar noi nu realizăm că nu corespund cu realitatea. Ce este succesul? Este ceea ce un anume grup decide că e un lucru bun? Alt grup va decide că același lucru este rău. Ceea ce este bun în Washington, ar putea fi considerat rău într-o mănăstire cartusiană. Succesul într-un cerc politic ar putea fi considerat, în alte cercuri, un eșec. Astea sunt convenții. Dar noi le tratăm ca realități, nu-i așa? În copilărie am fost programați la nefericire. Am fost învățați că, pentru a fi fericit, îți trebuie bani, succes, un partener de viață arătos, o slujbă bună, prietenie, spiritualitate, Dumnezeu – și puteai adăuga ce mai vrei. Dacă nu obțineți aceste lucruri, nu veți fi fericiți – cel puțin așa ni s-a spus.

Asta numesc eu atașament. Un atașament este o convingere că, fără ceva anume, nu poți fi fericit. Odată ce este convins de acest lucru – care ni se strecoară în subconștient, ni se imprimă în rădăcina ființei – ești terminat. „Cum aș putea fi fericit, dacă starea sănătății mele nu e bună?”, spui tu. Dar îți voi spune ceva. Am întâlnit oameni care mureau de cancer și erau fericiți. Dar cum de puteau să fie fericiți, știind că o să moară? Și totuși erau fericiți. „Cum să fiu fericit, dacă nu am bani?” Cineva are un milion de dolari în bancă și se simte nesigur; altcineva nu are practic nici un ban, dar nu pare să aibă vreun sentiment de nesiguranță. El a avut parte de o altfel de programare, asta-i tot. E inutil să-i dai sfaturi celui dintâi; el are nevoie de înțelegere.

Sfaturile nu prea sunt de mare ajutor. Trebuie să înțelegi că ai fost programat; e vorba de convingeri false. Consideră-le ca false, privește-le ca pe o fantezie. Ce fac oamenii de-a lungul vieții? Sunt ocupați să se certe – numai ceartă, ceartă, ceartă. Asta numesc ei supraviețuire. Când americanul obișnuit spune că își câștigă existența, nu e vorba de așa ceva, în nici un caz! Ei au mult mai mult decât le trebuie pentru a trăi. Vino la mine, în India, și vei vedea asta. Nu ai nevoie de atâtea mașini pentru a trăi. Nu ai nevoie de televizor pentru a trăi. Nu ai nevoie de farduri

pentru a trăi. Nu ai nevoie de atâtea haine pentru a trăi. Dar încercă să-l convingi de asta pe un american obișnuit. Sunt victime ale spălării creierului; au fost programați. De aceea, ei muncesc și se străduiesc să obțină obiectul dorit, care îi va face fericiți. Ascultă această poveste tristă – povestea ta, povestea mea, povestea tuturor: „Dacă nu obțin acest lucru (bani, prietenie, orice) nu voi fi fericit; trebuie să mă străduiesc să-l obțin și, apoi, când îl voi avea, trebuie să mă străduiesc să-l păstrez. Asta mă face să fiu emoționat un timp. O, sunt atât de emoționat” Am obținut ce voiam!”

Dar cât durează asta? Câteva minute – câteva zile, cel mult. Când te-ai văzut cu mașina ta nou-nouță – cât timp durează emoția? Până când este în pus pericol *următorul* tău atașament!

Adevărul despre emoții este că mă plictisesc de ele, după o vreme. Mi s-a spus că *rugăciunea* este lucrul cel mai însemnat; mi s-a spus că *Dumnezeu* este lucrul cel mai important; mi s-a spus că *prietenia* este lucrul care contează. Și, neștiind cu adevărat ce este rugăciunea sau Dumnezeu, neștiind ce este cu adevărat prietenia, am făcut mare caz de ele. Dar, după un timp, ne-am plictisit de ele – ne-am plictisit de rugăciune, de Dumnezeu, de prietenie. Nu-i întristător acest lucru?

Și nu există cale de ieșire – pur și simplu, nu există cale de ieșire. Este singurul model care ni s-a dat pentru a fi fericiți. Nu ni s-a dat nici un alt model. Nici cultura noastră, nici societatea noastră și – regret că trebuie s-o spun – nici măcar religia noastră nu ne-a oferit alt model. Ai fost numit cardinal. Ce mare onoare! Onoare? Ai spus onoare? Ai folosit cuvântul greșit. Acum și alții vor aspira la el. Ai recăzut în ceea ce Evanghelia denumeste „lumea” și îți vei pierde sufletul. Lumea, puterea, prestigiul, câștigul, succesul, onoarea etc., toate sunt lucruri care nu există. Câștigi lumea, dar îți pierzi sufletul. Întreaga ta viață a fost pustie și lipsită de suflet. Nu există nimic acolo. Nu există decât o singură cale de ieșire – aceea de a fi deprogramat! Cum poți faci acest lucru? Începi să devii conștient de programare. Nu poți să te schimbi printr-un efort de voință; nu te poți schimba prin idealuri; nu te poți schimba construindu-ți obiceiuri noi. Comportamentul tău ar putea să se schimbe, însă nu și tu. Te poți

Conștiența

schimba doar prin conștiență și înțelegere. Când privești o piatră și o vezi ca atare – adică o piatră – iar o bucățică de hârtie, ca pe o bucățică de hârtie, nu-ți imaginezi că piatra este un diamant prețios și nu crezi că bucățica de hârtie este un cec de un miliard de dolari. Când *vezi* asta, te schimbi. Nu mai există violență în încercarea ta de a te schimba. Altfel, ceea ce numești tu schimbare nu este decât ca și cum ai muta mobila de colo- colo.

Comportamentul tău s-a schimbat, dar *tu* nu.

DETAȘAREA

Singura cale de a te schimba este dacă îți schimbi modul de înțelegere. Dar ce înseamnă să înțelegi? Cum procedăm? Luați aminte cât de subjuugați suntem de diverse atașamente; ne străduim să rearanjăm lumea, în așa fel încât să protejăm aceste atașamente, căci lumea este o amenințare constantă pentru ele. Mi-e teamă că un prieten poate înceta să mă iubească; mi-e teamă că s-ar putea îndrepta către altcineva. Trebuie să rămân atrăgător, pentru că trebuie să-l depășesc pe celălalt. Cineva m-a supus unei operații de spălare a creierului și m-a făcut să cred că am nevoie de iubirea lui. Dar, în realitate, chiar nu am nevoie de ea. Nu am nevoie de iubirea nimănui; am nevoie doar să intru în contact cu realitatea. Trebuie să evaderez din această închisoare a mea, din programare, condiționare, din credințele mele false, din iluzii imaginare; trebuie să evaderez în realitate. Realitatea este minunată; este o desfătare absolută. Viața eternă este în prezent. Suntem înconjurați de ea în totalitate, ca peștele de apele oceanului, fără să avem habar de asta. Suntem prea distrași de acest atașament. Din timp în timp, lumea se rearanjează spontan pentru a se adapta la atașamentele noastre, astfel că spunem: „Da, minunat! Echipa mea a câștigat!” Dar ține-te bine; se va schimba din nou; mâine vei fi deprimat. De ce continuăm să facem asta?

Faceți câteva minute următorul exercițiu: Gândiți-vă la ceva sau cineva de care sunteți atașați; cu alte cuvinte, ceva sau cineva fără de care credeți că nu veți fi fericiți. Ar putea fi serviciul vostru, cariera voastră, profesia voastră, prietenul vostru, banii voștri, orice. Și spuneți-i acestui obiect sau persoană: „Pur

și simplu, nu am nevoie de tine ca să fiu fericit. Mă amăgesc singur în convingerea mea că fără tine nu voi fi fericit. Dar eu chiar nu am nevoie de tine pentru fericirea mea; eu pot fi fericit fără tine. Tu nu ești fericirea mea, tu nu ești bucuria mea". Dacă atașamentul tău este o persoană, aceasta nu se va bucura să te audă spunând asemenea cuvinte, dar asta nu trebuie să te împiedice s-o faci oricum. Poți să rostești formula aceasta în taina inimii tale. În orice caz, vei intra în contact cu adevărul; vei da o lovitură unei iluzii. Fericirea este o stare a non-iluziei, a renunțării la iluzie.

Mai există și un alt exercițiu pe care-l puteți încerca: Gândiți-vă la vremea când aveți inima frântă și vi se părea că nu veți mai fi fericiți vreodată (ți-a murit soțul sau soția, te-a părăsit prietenul, ți-ai pierdut toți banii). Ce s-a întâmplat? Timpul a trecut și, dacă ai reușit să te agăți de un alt obiect de atașament, sau ai reușit să găsești altceva sau pe altcineva de care să fii atras, ce s-a întâmplat cu vechiul atașament? N-aveai de fapt nevoie de el, ca să fii fericit, nu-i așa? Asta ar fi trebuit să te învețe minte, dar noi nu învățăm niciodată. Noi suntem programați; suntem condiționați. Cât de mult te eliberează să nu depinzi emoțional de ceva. Dacă ai putea trăi, măcar pentru o clipă, această experiență eliberatoare, ai evada din închisoarea ta și ai atinge un crâmpei de cer. Într-o zi, poate chiar vei zbura.

Mi-a fost teamă să o spun, dar am vorbit cu Dumnezeu și I-am spus că nu am nevoie de El. Reacția mea inițială a fost: „Acest lucru este în absolută contradicție cu tot ce am învățat.” Unii oameni vor să facă o excepție cu privire la atașamentul lor față de Dumnezeu. Ei spun: „Dacă Dumnezeu este acel Dumnezeu, așa cum cred eu că ar trebui să fie, nu-I va plăcea când voi renunța la atașamentul meu față El!”

Bine, dacă tu crezi că, dacă nu-L capeți pe Dumnezeu, nu vei fi fericit, atunci acest „Dumnezeu” la care te gândești nu are nimic de a face cu Dumnezeu cel adevărat. Te gândești la o stare de vis; te gândești la conceptele tale.

Câteodată trebuie să te descotorosești de „Dumnezeu”, pentru a-L găsi pe Dumnezeu – după cum spun mulți mistici.

Am fost atât de orbiți de tot, încât n-am descoperit ade-

vărul fundamental – și anume, că atașamentele mai degrabă dăunează, decât să ajute într-o relație.

Îmi amintesc cât de speriat eram la gândul de a-i spune unui prieten apropiat de-al meu: „Chiar nu am nevoie de tine. Pot fi perfect fericit fără tine. Și, spunându-ți asta, realizez că pot să mă bucur de compania ta pe deplin – gata cu neliniștile, gata cu geloziiile, gata cu sentimentele de posesivitate, gata cu agățările. E o încântare să fiu cu tine, când mă bucur de tine dintr-o postură în care nu mă mai cramponez. Ești liber; la fel ca și mine.”

Dar sunt sigur că, pentru mulți dintre voi, este ca și cum aș vorbi într-o limbă străină. Am avut nevoie de foarte multe luni de zile să înțeleg aceasta pe deplin și, nu uitați, eu sunt ieșit, iar exercițiile mele spirituale sunt toate ca acesta – deși nu despre asta era vorba – deoarece cultura mea și anturajul meu, în general, m-au învățat să privesc oamenii în termenii atașamentelor mele. Sunt destul de amuzat uneori să văd chiar și oameni aparent obiectivi, ca terapeuții și liderii spirituali, care îi spun cuiva: „Este un tip nemaipomenit, un tip senzațional, îmi place de el cu adevărat.” Aflu mai târziu că mie îmi place de el, pentru că lui îi place de mine.

Privesc în interiorul meu și descopăr că, din când în când, răsar același lucru: Dacă ești atașat de apreciere și laudă, îi vei privi pe oameni prin prisma amenințării pe care o reprezintă ei la adresa atașamentului tău, sau a modului în care îți cultivă atașamentul. Dacă ești politician și vrei să fii ales, cum crezi că îi vei privi pe oameni, încotro se va îndrepta interesul tău pentru oameni? Vei fi preocupat de persoana care-ți va da votul. Dacă pe tine te interesează relațiile sexuale, cum crezi că îi vei privi pe bărbați și pe femei?

Dacă ești atașat de putere, aceasta va da o anumită colorație imaginii tale despre oameni. Atașamentul îți distruge capacitatea de a iubi. Ce este iubirea? Iubirea este sensibilitate, iubirea este conștiință.

Să vă dau un exemplu: Eu ascult o simfonie, dar dacă tot ce aud este sunetul tobelor, nu aud simfonia. Ce este o inimă iubitoare? O inimă iubitoare este sensibilă la caracterul *complet* al vieții, la *toate* persoanele; o inimă iubitoare nu este împietrită

față de nimeni și nimic. Dar atunci când devii atașat – în sensul pe care îl dau eu acestui cuvânt – atunci blochezi multe alte lucruri. Nu ai ochi decât pentru obiectul atașamentului tău; ai urechi doar pentru tobe; inima ți s-a împietrit. În plus, este și orbită, pentru că nu mai percepe, în mod obiectiv, subiectul atașamentului său. Iubirea presupune percepție limpede, obiectivitate. Nu există nimic mai plin de acuratețe decât iubirea.

IUBIRE PĂTIMAȘĂ

Inima îndrăgostită rămâne blândă și sensibilă. Dar, când ești pornit să obții un lucru anume, devii feroce, aspru și insensibil. Cum poți să-i iubești pe oameni, când ai nevoie de oameni? Nu poți decât să-i folosești. Dacă am nevoie de tine ca să mă faci fericit, trebuie să te folosesc, trebuie să te manipulez, trebuie să găsesc căi și metode ca să te câștig pentru mine. Nu te pot lăsa liber. Pot iubi oamenii, numai când mi-am golit viața de oameni. Când nu mai exist pentru nevoia de oameni, atunci mă găsesc în plin deșert. La început te simți îngrozitor, te simți singur, dar, dacă poți suporta un timp această stare, vei descoperi, dintr-o dată, că nu este deloc singurătate. Este solitudine, este izolare, iar deșertul începe să înflorească. Atunci vei afla, în sfârșit, ce este iubirea, ce este Dumnezeu, ce este realitatea. Dar, la început, renunțarea la drog poate fi dificilă, cu excepția cazului că ești înzestrat cu o înțelegere pătrunzătoare, sau ai suferit deja destul.

Este lucru mare să fi avut parte de suferință. Numai atunci te sature de ea. Te poți folosi de suferință, pentru a curma suferința. Cei mai mulți oameni continuă să sufere. Așa se explică conflictul în care mă găsesc, uneori, între rolul meu de îndrumător spiritual și cel de terapeut. Un terapeut spune: „Hai să ușurăm suferința”. Îndrumătorul spiritual spune: „Lasă-l să sufere, se va sătura de acest tip de relații cu oamenii și, în final, va decide să evadeze din această închisoare a dependenței emoționale față de alții.” Să prescriu un calmant, sau să înlătur cancerul? Nu e ușor să iei o decizie.

Cineva aruncă pe masă, plin de dezgust, cartea pe care o citea. Lasă-l să o trântască și altă dată. Nu o ridică în locul lui

și nu-i spune că totul este în regulă. Spiritualitatea înseamnă conștiență, conștiență, conștiență, conștiență, conștiență – și iar conștiență. Când mama ta s-a supărat pe tine, n-a spus că ar fi ceva în neregulă cu ea, ci cu *tine*; în caz contrar, nu s-ar mai fi supărat. Ei bine, Mamă, am făcut marea descoperire, și anume că dacă ești supărată, e ceva în neregulă cu *tine*. Așa că ar fi mai bine să te confrunți cu supărarea *ta*. Nu fugi de ea și înfrunt-o. Nu e supărarea mea. Dacă este sau nu ceva în neregulă cu mine, acesta e un lucru pe care-l voi examina independent de supărarea ta. Nu mă voi lăsa influențat de supărarea ta.

Lucrul amuzant este că, atunci când pot face asta fără sentimente negative față de altcineva, pot fi și complet obiectiv cu mine însumi. Doar o persoană foarte conștientă poate refuza să aleagă vinovăția și supărarea, poate spune: „Ai un acces de furie. Foarte rău. Eu nu simt nici cea mai mică dorință să te salvez și refuz să mă simt vinovat.” Nu mă voi urî pentru nimic din ce-am făcut. Asta ar însemna vinovăție. Nu mă voi simți rău și nu mă voi flagela pentru nimic din ce am făcut – nici *bine*, nici *rău*. Sunt pregătit să analizez lucrurile, să le contemplu și să spun: „Ei bine, dacă am făcut rău, a fost pentru că nu eram în stare de conștiență.” Nimeni nu face rău *în stare de conștiență*. De aceea ne spun atât de frumos teologii, că Iisus n-a putut face nimic rău. Pot înțelege acest lucru, pentru că o persoană iluminată nu poate face rău. Persoana iluminată este liberă. Iisus a fost liber – și, pentru că a fost liber, El n-a putut face vreun rău. Dar în clipa în care poți face *rău*, nu mai ești liber.

MAI MULTE CUVINTE

Mark Twain a găsit cuvintele potrivite, atunci când a zis: „Era atât de frig, încât dacă termometrul ar fi fost cu un vreo doi centimetri mai lung, am fi murit de frig”. Noi murim de frig în raport cu cuvintele. Nu frigul de afară contează, ci termometrul. Nu realitatea contează, ci ceea ce-ți spui despre ea. Am auzit o poveste minunată, despre un fermier din Finlanda. Când se trasa granița dintre Rusia și Finlanda, fermierul a trebuit să decidă unde vroia să rămână – în Rusia, sau în Finlanda. După mai mult

timp, omul a spus că ar vrea să rămână în Finlanda, dar nici n-ar vrea să jignească oficialitățile ruse. Acestea au trimis un reprezentant să-l întrebe de ce alesese Finlanda. Fermierul a răspuns: „Mi-am dorit întotdeauna să trăiesc în Mama Rusie dar, la vârsta mea, n-aș mai putea supraviețui unei alte ierni rusești.”

Rusia și Finlanda sunt doar cuvinte, concepte – dar nu pentru ființele umane, nu pentru nebunia oamenilor. Noi nici nu ne prea uităm la realitate. Un guru încerca, odată, să-i explice mulțimii cum reacționează omul la cuvinte, cum se hrănește din cuvinte, cum trăiește mai mult din cuvinte, decât din realitate. Din public s-a ridicat cineva și a protestat, spunând: „Nu sunt de acord că vorbele au o influență atât de mare asupra noastră”. Guru i-a spus: „Stai jos, nenorocitul.” Omul a pălit de mânie și a spus: „Spui despre tine că ești un iluminat, un guru, un maestru, dar ar trebui să-ți fie rușine.” Atunci guru a spus: „Scuzați-mă, domnule, m-a luat valul. Vă rog să mă iertați; am greșit; îmi pare rău”. Până la urmă, omul s-a calmat. Atunci, guru a spus: „Mi-au fost de ajuns doar câteva cuvinte, ca să stârnesc o adevărată furtună, și tot câteva cuvinte să vă potolesc, nu-i așa?” Cuvinte, cuvinte, cuvinte, cât de înrobitoare sunt, dacă nu sunt folosite în modul potrivit!

INTENȚII ASCUNSE

Există o diferență între cunoaștere și conștiință, între acumulare de cunoștințe și conștiință. Tocmai v-am spus că nu se poate face rău, când suntem în stare de conștiință. Dar se poate face rău prin cunoaștere sau prin acumulare de informații, atunci când *știi* că ceva este rău. „Părinte ceresc, iartă-i că nu știu ce fac”. Aș interpreta asta ca: „Nu sunt *conștienți* de ceea ce fac.” Sfântul Pavel spune că el este cel mai mare păcătos, pentru că a prigonit Biserica lui Christos. Dar, adaugă el, am făcut-o inconștient. Sau, dacă prigonitorii ar fi fost conștienți că Acel pe care îl răstigneau este Fiul Domnului, n-ar fi făcut-o niciodată. Sau: „Va veni vremea când te vor prigoni, cu *credința* că-i fac un serviciu lui Dumnezeu.” Ei nu sunt conștienți. S-au încurcat în cunoaștere și acumulare de cunoștințe.

Sfântul Thomas d'Aquino a găsit vorbele potrivite, când a spus: „De fiecare dată când cineva păcătuiește, el păcătuiește sub pretextul binelui.” Oamenii se orbesc singuri; consideră un lucru ca fiind bun, chiar dacă știu că este rău; încearcă să dea explicații raționale, pentru că se străduiesc să descopere ceva, sub pretextul binelui.

O femeie mi-a dat drept exemplu două situații în care considera că ar fi fost dificil să fie conștientă. Femeia lucra într-o firmă de întreținere, cu mulți angajați, cu telefoane care sunau într-una, iar ea era singură, într-o adevărată harababură creată de oameni nervoși și supărați. Femeia a constatat că este extrem de dificil să-și păstreze liniștea și calmul. A doua situație a fost când era la volan, în trafic, cu claxoane și oameni care injurau în gura mare. M-a întrebat dacă starea de nervozitate s-ar putea risipi mai târziu, ca să se poată liniști.

Ați observat care este atașamentul din această situație? Liniște. Atașamentul ei față de liniște și calm. Femeia spunea: „Dacă nu sunt liniștită, nu voi fi fericită.”

V-a trecut vreodată prin cap că ați putea fi fericiți, *într-o stare de tensiune*? Înainte de iluminare, obișnuiam să fiu deprimat; după iluminare, am continuat să fiu deprimat.

Nu-ți faci un țel din relaxare și sensibilitate. Ai auzit vreodată de oameni care să devină tensionați, când încearcă să se destindă? Dacă ești tensionat, nu faci decât să-ți urmărești propria tensiune. Nu te vei înțelege niciodată pe tine însuși, dacă urmărești să te schimbi. Cu cât încerci mai mult să te schimbi, cu atât este mai rău. Chemarea ta este să fii conștient. Să percepi sunetul zgomotos al telefonului; să-ți simți nervii săcâitori; să simți cum se mișcă volanul mașinii. Cu alte cuvinte, vino la *realitate* și lasă tensiunea și calmul în propria lor grijă. De fapt, va trebui să le lași să-și poarte singure de grijă, pentru că tu vei fi prea ocupat să iei contact cu realitatea. Pas cu pas, lasă orice se întâmplă să se întâmple. Schimbarea adevărată va veni atunci când nu va fi produsă de ego-ul tău, ci de realitate.

Conștiința permite realității să te schimbe.

În conștiință te schimbi, dar pentru asta trebuie să o trăiești. Până una-alta, iei de bune spusele mele. Poate că ți-ai făcut

chiar un plan legat de cum să devii conștient. Ego-ul tău, în vicienia lui, încearcă să te împingă spre conștiință. Fii atent! Vei întâmpina rezistență; vor exista neplăceri.

Când cineva se încrâncenează să fie conștient tot timpul, poți detecta o ușoară neliniște. Ei vor să se trezească, să afle dacă s-au trezit cu adevărat, sau nu. Asta face parte din *ascetism*, nu din conștiință. Sună ciudat, într-o cultură în care am fost învățați să atingem țeluri, să ajungem undeva. Nu există locul la care să poți ajunge, pentru că, de fapt, ești deja acolo.

Japonezii au o zicală frumoasă: „În ziua în care încetezi să călătorești, vei sosi la destinație”. Atitudinea ta ar trebui să fie: „Vreau să fiu conștient, vreau să fiu în contact cu orice există și să las orice să se întâmple; dacă sunt treaz, bine, dacă dorm, iarăși bine.” În momentul în care îți faci un țel din ea și vrei s-o *atingi*, tu cauți proslăvirea ego-ului, dezvoltarea propriului tău ego. Vrei să ai sentimentul plăcut că *ai reușit*. Când vei „reuși”, n-ai să-ți dai seama de asta. Mâna ta stângă nu va ști ce face mâna ta dreaptă. „Doamne, când am făcut așa ceva? N-am fost conștient.” Caritatea nu este niciodată mai minunată, decât atunci când cineva își pierde conștiința că face acte de caritate. „Vrei să spui că te-am ajutat? Eu mă distram. Îmi făceam numărul și atât. Ți-a fost de ajutor, este minunat. Felicitări. Eu n-am nici un merit.”

Când atingi ceea ce dorești, când ești conștient, vei fi tot mai puțin preocupat de etichete ca „treaz”, sau „adormit”. Unul dintre lucrurile dificile pe care trebuie să-l fac este să vă stărnesc curiozitatea și nu lăcomia spirituală. Hai să ne trezim, va fi minunat! După un timp, nu mai contează; ești conștient, pentru că trăiești. Viața inconștientă nu merită să fie trăită. Și tu vei lăsa durerea să-și poarte singură de grijă.

CAPITULAREA

Cu cât încerci mai mult să te schimbi, cu atât este mai rău. Oare asta înseamnă că un anumit grad de pasivitate este acceptabil? Da, cu cât te opui mai mult la ceva anume, cu atât îi dai mai multă forță. Acesta este înțelesul cuvintelor lui Iisus: „Când cineva te lovește pe obrazul drept, întoarce și obrazul

stâng.” Tu le conferi putere demonilor cu care lupți. Iată o afirmație care pare a avea o nuanță orientală. Dar dacă nu te împotrivești dușmanului tău, îl înfrânghi.

Cum poate cineva să facă față răului? Nu luptând împotriva lui, ci prin efortul de a-l înțelege. Prin înțelegere, el dispare. Cum face cineva față întunericului? Nu cu pumnul. Nu izgonești întunericul din cameră cu mătura, ci aprinzând lumina. Cu cât te lupți mai mult cu întunericul, cu atât devine el mai real pentru tine și cu atât mai mult te obosește. Dar când aprinzi lumina conștiinței, întunericul se topește. Să spunem că acest colț de hârtie e un cec de un miliard de dolari. Dar vai, trebuie să renunți la el.

Evanghelia spune că trebuie să renunți, dacă vreau viața veșnică. Ai de gând să înlocuiești un fel de lăcomie – lăcomia spirituală – cu alt gen de lăcomie? Înainte, aveai un ego lumesc, iar acum ai un ego spiritual – dar ai totuși un ego, unul rafinat și căruia e mult mai dificil să-i faci față. Când renunți la ceva, ești legat de acel ceva. Dar dacă, în loc să renunți, privesc cu atenție și spun: „Hei, asta nu-i un cec de un miliard de dolari, e doar o bucată de hârtie”, nu mai rămâne nimic pentru care să lupți, nimic la care să renunți.

CAPCANE DE TOT FELUL

În țara mea, mulți bărbați cresc cu convingerea că femeile sunt ca vitele. „Am luat-o de nevastă,” spun ei. „Este proprietatea mea.” Sunt de condamnat acești bărbați? Pregătești-vă să fiți șocați: Nu, nu sunt. Tot așa cum nici americanii nu sunt învinuiți pentru modul în care îi văd pe ruși. Ochelarii – adică percepțiile lor – s-au colorat, pur și simplu, într-o anumită nuanță și iată unde au ajuns; aceasta este culoarea prin care ei privesc lumea. Oare cât le-ar trebui să devină realiști, să devină conștienți că privesc lumea prin ochelari colorați? Nu există salvare, până nu reușesc să-și recunoască principala prejudecată.

De îndată ce ajungi să privești lumea prin prisma unei ideologii, ești terminat. Nici o realitate nu încapă într-o ideologie. Viața este dincolo de aceasta. De aceea oamenii sunt permanent în căutarea sensului vieții. Dar viața nu are nici un înțeles;

nu poate avea înțeles, pentru că acesta este o formulă; înțelesul este ceva ce poate fi priceput cu mintea. De fiecare dată când încerci să dai sens realității, te lovești de ceva care distruge înțelesul la care ai ajuns. Vei găsi înțelesul, doar când vei fi trecut dincolo de înțeles. Viața are rost doar când o percepi ca mister, și ea nu are înțeles pentru mintea rațională.

Nu spun că adorația nu este importantă, dar spun că în-doiala este infinit mai importantă decât adorația. Pretutindeni, oamenii caută obiecte pe care să le venereze, dar mie nu mi se pare că oamenii s-ar fi trezit suficient în comportamentul și convingerile lor. Cât de fericiți am putea fi, dacă teroriștii și-ar adora mai puțin ideologiile și ar avea mai multe îndoieli. Oricum, nu ne place să aplicăm această cerință și la noi; despre noi credem că suntem perfecți, iar teroriștii greșesc. Dar cine este terorist pentru tine, poate fi considerat martir de tabăra cealaltă.

Singurătatea este atunci când îți este dor de oameni; solitudine este atunci când te bucuri de tine însuși. Aduceți-vă aminte de spiritul sarcastic al lui George Bernard Shaw. Scriitorul se afla la una dintre acele petreceri îngrozitoare, unde nu se spune nimic. Cineva l-a întrebat dacă prezența sa acolo îi face plăcere. El a răspuns: „Este singurul lucru care-mi face plăcere în clipa asta”. Nu te poți bucura niciodată de ceilalți, atunci când ești înrobitor de ei. Comunitatea nu este formată dintr-un grup de sclavi, din oameni care pretind ca alții să-i facă fericiți. Comunitatea este formată din regi și prințese. Tu ești rege, nu cerșetor; tu ești prințesă, nu cerșetoare. Într-o comunitate adevărată nu există strachină pentru cerșit. Nu există cramponare, neliniște, frică, mahmureală, spirit posesiv, pretenții. Comunitatea este formată din oameni liberi, nu din sclavi. E un adevăr atât de simplu, dar a fost înăbușit de întreaga cultură – inclusiv de cultura religioasă. Cultura religioasă te poate manipula, dacă nu ești atent.

Unii oameni văd conștiința ca pe un punct la înălțime, un platou situat dincolo de experiența în care trăiesc fiecare moment, așa cum este el. Asta înseamnă să-ți faci din conștiință, un țel. Dar în cazul conștiinței adevărate, nu ești obligat să atingi un anume obiectiv, nu trebuie să dobândești nimic. Cum ajungem la acest tip de conștiință? Prin conștiință. Când oamenii

spun că vor să trăiască, efectiv, fiecare moment, ei vorbesc în mod conștient, cu excepția noțiunii „a vrea”. Când e vorba de conștiință, nu merge să vrei să trăiești această experiență – ci, pur și simplu, o trăiești sau nu.

Un prieten de-al meu tocmai a plecat în Irlanda. El mi-a spus că, deși este cetățean american, are dreptul la pașaport irlandez, pe care și l-a scos, pentru că îi e frică să meargă în străinătate cu un pașaport american. Dacă vin teroriștii, intră și cer: „Pașaportul dumneavoastră,” el vrea să poată spune: „Sunt irlandez”. Dar când e în avion, tovarășii lui de călătorie nu vor să vadă nici o etichetă; ei vor să cunoască *această* persoană, așa cum este ea. Cât de mulți oameni își petrec viața nu hrănindu-se cu mâncare, ci mâncând meniul? Un meniu nu face decât să arate ce este disponibil. Ce vrei tu vrei să mănânci este friptura, nu cuvintele.

MOARTEA LUI „MINE”

Poate cineva să fie pe deplin uman, fără să fi trecut prin experiența unei drame? Singura dramă de pe lume este ignoranța; de la ea vine tot răul. Singura tragedie care există este starea de netrezire și lipsa de conștiință. De la ele vine frica și din frică vin toate celelalte, în schimb moartea nu este nici o tragedie. Să mori este minunat; este oribil doar pentru oamenii care nu au înțeles niciodată viața.

Doar atunci când îți este frică de viață, te temi de moarte. Doar oamenii morți se tem de moarte. Dar oamenii care sunt vii nu au teamă de moarte. Un autor american a formulat excelent acest lucru. El a spus că trezirea este moartea credinței voastre în nedreptate și tragedie. Ceea ce este sfârșitul lumii pentru o omidă, reprezintă un fluture pentru un maestru. Moartea este înviere. Noi nu vorbim despre învierea care va veni, ci despre cea care are loc în clipa de față. Dacă ai muri pentru trecut, dacă ai muri pentru fiecare minut, ai fi un om viu pe deplin – pentru că omul viu pe deplin, este cel plin de moarte.

Noi murim întotdeauna pentru lucruri. Ne lepădăm mereu de toate, pentru a fi vii pe deplin și pentru a reinvia în fiecare

clipă. Misticii, sfinții și alții ca ei fac mari eforturi să-i trezească pe oameni. Dacă aceștia nu se trezesc, se vor lovi mereu de mici nenorociri, ca foametea, războaiele și violența. Cel mai mare rău sunt oamenii adormiți, oamenii ignorați.

Un iezuit i-a scris, odată, superiorului său, părintele Arrupe, un bilet în care îl întreba despre valoarea relativă a comunismului, socialismului și capitalismului. Părintele Arrupe i-a dat un răspuns minunat – și anume: „Un sistem este cam la fel de bun, sau la fel de rău, ca oamenii care îl folosesc.” Niște oameni cu suflet de aur ar fi făcut capitalismul, sau comunismul, sau socialismul să funcționeze extraordinar.

Nu-i cere lumii să se schimbe – fii tu primul care se schimbă. Atunci vei reuși să percepi lumea suficient de bine ca să fii în stare să schimbi tot ce crezi că ar trebui schimbat. Îndepărtează obstacolul din propriii tăi ochi. Dacă nu o faci, ai pierdut dreptul de a schimba oamenii sau lucrurile. Până nu ajungi să fii conștient de tine însuși, nu ai nici un drept să te amesteci nici în treburile altcuiva, nici în ale lumii. Pericolul reprezentat de încercarea de a-i schimba pe alții, sau de a schimba lucrurile, atunci când tu însuși nu ești conștient, este că ai putea schimba multe doar de dragul confortului tău, de dragul mândriei, convingerilor și credințelor tale dogmatice, sau doar pentru a-ți atenua sentimentele negative.

Cineva spune: „Eu am sentimente negative, deci ar fi mai bine să te schimbi, în așa fel încât să mă simt bine.” Mai întâi trebuie să le ții piept sentimentelor tale negative, astfel încât, atunci când te apuci să-i schimbi pe alții, să nu acționezi din ură sau sentimente negative, ci din iubire. Ar putea părea ciudat și că oamenii pot fi foarte aspri cu alții, rămânând totuși foarte iubitori. Operația pe un pacient poate fi dură, și totuși, plină de iubire. Într-adevăr, iubirea poate fi foarte dură.

INTUIȚIE ȘI ÎNȚELEGERE

Dar ce implică schimbarea de sine? Am spus-o și am tot repetat-o în multe cuvinte, dar acum o voi desface pe segmente. Mai întâi, discernământ. Nu efort, nu cultivarea obiceiurilor, nu

să ai un ideal. Idealurile provoacă mult rău. Vă fac să vă concentrați tot timpul pe ceea ce ar trebui să fie, nu pe ceea ce este. Și astfel, forțați ceea ce ar trebui să fie realitatea actuală, fără să înțelegeți vreodată ce este realitatea prezentă.

Vreau să vă dau un exemplu de discernământ, extras din propria mea experiență în consiliere. Un preot vine la mine și spune că este leneș. Ar vrea să fie mai harnic, mai activ, dar el este leneș. Eu îl întreb ce înseamnă „leneș”. Pe vremuri, i-aș fi spus: „Hai să vedem, de ce nu faci o listă cu lucrurile pe care vrei să le faci în fiecare zi și apoi, în fiecare seară, le bifezi și asta îți va da un sentiment de bine; fă-ți acest obicei.” Sau i-aș fi spus: „Cine este idealul tău, sfântul tău protector?” Iar dacă răspunsul lui ar fi fost Sfântul Francis Xavier, eu i-aș fi spus: „Uite ce mult a muncit Xavier. Trebuie să meditezi asupra lui și asta va fi un imbold pentru tine”.

Este un mod de a trata acest caz dar, o spun cu regret, e superficial. Să-l faci să se folosească de puterea voinței, de efort, nu durează prea mult. Comportamentul i se poate modifica, dar el nu se schimbă. Astfel că m-am îndreptat în altă direcție. Îi spun: „Lenes. Ce înseamnă asta? Există milioane de tipuri de lenevie. Să auzim care e tipul tău de lene. Descrie-mi ce înțelegi tu prin lenel!” El spune: „Ei bine, nu termin niciodată nimic. Am senzația că nu fac nimic.” Eu întreb: „Vrei să spui, chiar din clipa în care te trezești dimineata?” „Da”, răspunde el. „Mă trezesc dimineata și nu există nimic pentru care să mă trezesc”. „Ești deprimat, atunci?”, întreb eu. „Ai putea spune și așa”, zice el. „Am impresia că m-am retras”. „Ai fost întotdeauna așa?”, întreb eu. „Păi, nu întotdeauna. Când eram mai tânăr, eram mai activ. Când eram la seminar, eram plin de viață.” „Așadar, când a început această stare?” „O, acum vreo trei-patru ani.” Îl întreb dacă atunci s-a întâmplat ceva anume. El stă puțin pe gânduri. Eu spun: „Dacă trebuie să te gândești atât de mult, nu e posibil ca acum patru ani să se fi întâmplat ceva special. Ce zici de anul de dinainte?” El spune: „Păi, în acel an am fost hirotonisit.” „S-a întâmplat ceva în anul hirotonisirii?”, întreb eu. „A fost ceva neînsemnat – examenul final la teologie, l-am picat. Am fost oarecum dezamăgit, dar mi-a trecut. Episcopul intenționa să mă tri-

mită la Roma, eventual să predau la seminar. Mă tenta ideea dar, din moment ce am ratat examenul, el s-a răzgândit și m-a tri-mis la această parohie. În fond, a fost mai curând o nedreptate, pentru că ...”

Iată că începe să se frământa; are o supărare peste care nu a trecut. El trebuie să depășească acea dezamăgire. E inutil să-i țin o predică. E inutil să-i dau sfaturi. Trebuie să-l fac să-și înfrunte supărarea și dezamăgirea și să le intuiască esența. Când e capabil să treacă peste toate astea, se reîntoarce la viață. Dacă aș încerca să-l îndemn, spunându-i cât au muncit frații și surorile lui, nu i-aș trezi decât sentimente de vinovăție. El nu are înțuiția interioară care să-l vindece. Acesta ar fi primul lucru.

Există încă o sarcină importantă – înțelegerea. Credea într-adevăr că asta îl va face fericit? A presupus doar că îl va face fericit. De ce voia să predea la seminar? Pentru că voia să fie fericit. A crezut că, fiind profesor, având un anumit statut și prestigiu, ar fi fost fericit. Oare? Pentru aceasta se cere înțelegere.

A face distincția între ‚eu’ și ‚mine’ este de mare ajutor pentru a dez-identifica ce se întâmplă. Să vă dau un exemplu pentru acest gen de situație. Un tânăr preot iezuit vine să mă vadă; este un om minunat, extraordinar, înzestrat, talentat, încântător, drăguț – are toate calitățile. Dar și o anumită ciudățenie. Pentru angajați este o teroare. Se știa chiar că sare la ei. Ajunsese aproape un caz pentru poliție. Când i s-a încredințat o funcție de conducere, la școală sau în altă parte, problemă lui a continuat să se manifeste. A trecut prin treizeci de zile de sihăstrie, meditănd zi de zi la răbdarea și iubirea lui Iisus pentru cei oropsiți etc. Dar eram sigur că nu avea să aibă efect.

Oricum, omul s-a întors acasă, unde trei-patru luni a fost mai bun. (Cineva a spus că ne începem majoritatea sesiunilor de meditație în numele Tatălui, al Fiului și al Sfântului Duh și le terminăm așa cum a fost, cum este și cum va fi, în vecii vecilor, o lumea fără de sfârșit. Amin.) După aceea a revenit la vechile obiceiuri. Așa că, a venit la mine. Eu eram foarte ocupat la vremea aceea. Cu toate că venise din alt oraș din India, n-am putut să-l primesc. Așa că am spus: „Merg să-mi fac plimbarea de seară; dacă vrei să vii cu mine, bine, altă dată nu am timp.” Am plecat

la plimbare. Îl cunoșteam dinainte și, pe când ne plimbam, am avut un sentiment ciudat. Când am o asemenea senzație, îl întreb în general pe cel în cauză. Așa că am spus: „Am senzația stranie că-mi ascunzi ceva. Așa e?” El s-a indignat. A spus: „Cum adică, ce să ascund? Crezi că m-aș fi pornit în această călătorie lungă și ți-aș irosi timpul, doar ca să-ți ascund ceva?” Eu am spus: „Ei bine, am un sentiment straniu, asta este tot; am crezut că ar trebui să verific.”

Ne-am plimbat mai departe. În apropiere era un lac. Îmi amintesc clar această scenă. El a spus: „Ne putem așeza undeva?” Eu am acceptat. Ne-am așezat pe un zid scund de pe malul lacului. El a spus: „Ai dreptate. Îți ascund ceva.” Și cu asta a izbucnit în plâns, spunând: „Îți voi spune ceva ce nu i-am spus niciodată nimănui, de când am devenit iezuit. Tatăl meu a murit când eram foarte mic și mama mea s-a angajat ca servitoare. Trebuia să curețe chiuvete, toalete și băi și câteodată muncea șaisprezece ore pe zi pentru a câștiga cât să ne întrețină pe noi. Mi-era atât de rușine, încât am ascuns acest lucru de toată lumea și continuu să mă răzbun în mod irațional pe ea și pe toți cei care sunt servitori.” Se petrecuse un transfer de sentimente. Nimeni nu pricepuse de ce acest bărbat încântător se comporta așa dar, din clipa în care el și-a dat seama de situație, n-au mai fost niciodată probleme. Omul s-a făcut bine.

FĂRĂ SĂ FORȚEZI LUCRURILE

Nu este de nici un ajutor să medităm la comportamentul lui Iisus și să-L imităm din punct de vedere exterior. Nu e vorba să-L imităm pe Christos, ci să devenim așa cum a fost Iisus. Este vorba să devii Christos, să devii conștient, să înțelegi ce se întâmplă în interiorul tău. Toate celelalte metode pe care le folosim pentru schimbarea de sine sunt, mai curând, ca și cum ai împinge o mașină. Să presupunem că trebuie să ajungeți într-un oraș îndepărtat. Mașina se strică pe drum. Ei bine, e foarte grav; mașina e complet stricată. Așa că, ne suflecăm mânecile și începem să împingem mașina. Și împingem, și împingem, și împingem, și împingem, până când ajungem în orașul îndepărtat.

„Bravo”, spunem noi „am reușit”. Și apoi împingem mașina tot drumul spre un alt oraș! E posibil să spui: „Am ajuns acolo, nu-i așa?” Dar crezi că asta se poate numi viață? Știi ce-ți trebuie? Tu ai nevoie de un specialist, de un mecanic care să ridice capota și să schimbe bujia. Răsuțește cheia în contact și mașina pornește. Tu ai nevoie de meseriaș – ai nevoie de înțelegere, discernământ, conștiință – nu ai nevoie să împingi. Nu ai nevoie de efort. De aceea oamenii sunt atât de obosiți, atât de plictisiți. Noi am fost învățați să fim dezamăgiți de noi înșine. Iată de unde, în mod psihologic, vine răul. Noi suntem mereu dezamăgiți, suntem mereu nemulțumiți, împingem mereu. Hai, fă un efort mai mare și tot mai mare. Dar există întotdeauna acel conflict în interior; există prea puțină înțelegere.

SĂ DEVENIM REALIȘTI

Una dintre zilele de sărbătoare din viața mea am petrecut-o în India. Era cu adevărat o zi mare, a doua după hirotonisirea mea. M-am așezat într-o strană. Aveam în parohia noastră un preot iezuit foarte credincios, un spaniol, pe care îl știam încă dinainte de a intra ca novice la iezuiți. În ziua dinainte de a-mi începe noviciatul, m-am gândit că ar fi mai bine să-mi curăț sufletul de toate, astfel ca atunci când voi începe noviciatul să fiu bun și curat și să nu mai am nimic să-i spun maestrului. La confesionalul acestui preot spaniol bătrân stăteau șiruri de oameni la coadă, ca să se spovedească; el își acoperea ochii cu o batistă violetă, mormăia ceva, îți dădea de făcut o penitență și te lăsa să pleci. Preotul nu mă întâlnise decât de câteva ori, dar îmi spunea Antonie. Așa că m-am așezat și eu la coadă și, când mi-a venit rândul, am încercat să-mi prefac glasul, în timp ce mă spovedeam. El m-a ascultat liniștit, mi-a dat penitența, m-a absolvit și apoi a spus: „Antonie, când pleci la ucenicie?”

Ei bine, am mers la această parohie în ziua de după hirotonisirea mea. Iar bătrânul preot mi-a spus: „Vrei să ascuți spovedaniile?” Am acceptat, iar el a spus: „Mergi și așează-te în strana mea”. M-am gândit: „Vai, sunt un sfânt. Voi sta în strana lui.” Am ascultat confesiuni, timp de trei ore. Era duminica Flo-

Conștiința
riilor și începea să se adune mulțimea de Paști. Am ieșit deprimat, dar nu ca urmare a celor auzite, fiindcă intuiam la ce mă puteam aștepta și, având și intuiția a ce se întâmpla în propria mea inimă, n-am fost șocat de nimic.

Știi însă ce m-a deprimat? Faptul că mi-am dat seama că le ofeream oamenilor niște nimicuri pioase: „Roagă-te la Maica Domnului, ea te iubește” și „Amintește-ți că Dumnezeu este alături de tine.” Puteau oare aceste nimicuri pioase să vindece cancerul? Iar situațiile cu care mă confrunt *sunt* adevărat cancer – sunt lipsa conștiinței și a realității.

Așa că, în acea zi, am făcut un legământ cu mine însumi: „Voi învăța, voi învăța, astfel ca, atunci când se va termina totul, să nu-mi spună nimeni: *Părinte, ce mi-ai spus este absolut adevărat, dar complet nefolositor.*”

Conștiință, discernământ.

Când devii expert (și asta vei deveni curând) nu e nevoie să faci un curs de psihologie. Pe măsură ce te observi, te supra-veghezi, îți identifice sentimentele negative, vei găsi propria ta cale de a le explica. Și vei observa schimbarea. Dar apoi va trebui să te confrunți cu ticăloșia supremă, care este condamnarea de sine, ura de sine, dezamăgirea de sine.

IMAGINI VARLATE

Haideți să mai vorbim puțin despre lipsa de efort în a face o schimbare. M-am gândit la o imagine frumoasă: aceea a unei corăbii. Când corabia are noroc de vânt prielnic în pânze, ea alunecă fără efort, astfel că marinarul nu trebuie decât să țină cârma. El nu face nici un efort; el nu împinge corabia. Aceasta este o imagine a ceea ce se întâmplă, atunci când schimbarea apare prin conștiință, prin înțelegere.

Îmi revizuiam notițele și am găsit niște citate care se potrivesc cu ce spuneam. Ascultați aici: „Nu există nimic mai crud decât natura. În întreg universul nu poți scăpa de ea și totuși nu natura este cea care face rău, ci însăși inima omului.”

Înțelegeți ceva din asta? Nu natura este cea care face rău, ci însăși inima omului. Există o poveste cu Paddy, care a căzut

de pe schelă, s-a ales cu un cucui zdravăn și a fost întrebat: „Te-ai rănit în cădere, Paddy?” Și el a spus: „Nu, la aterizare m-am rănit, nu în timpul căderii”.

Când tai apa, apa nu se rănește; când tai ceva solid, se rupe. În sinea ta ai atitudini solide; în sinea ta ai iluzii solide; ele se ciocnesc cu natura, astea te rănesc, de aici vine durerea.

Iată o pildă minunată de la un înțelept oriental, cu toate că nu-mi amintesc care anume. După cum nici autorul Bibliei nu contează de fapt. Contează doar ce se rostește. „Dacă ochiul nu este blocat, rezultatul este că vede; dacă urechea nu este astupată, rezultatul este că aude; dacă nasul nu este înfundat, rezultatul este simțul mirosului; dacă gura nu este acoperită, rezultă că simte gustul; dacă mintea nu e închistată, rezultă înțelepciunea.”

Înțelepciunea apare când dărâmi barierele pe care le-ai ridicat prin concepțiile și condiționarea ta. Înțelepciunea nu este ceva agonisit; înțelepciunea nu este experiență; înțelepciunea nu este aplicarea iluziilor de ieri la problemele de azi.

După cum mi-a spus cineva, cu ani în urmă, pe când studiam pentru licența în psihologie în Chicago: „În mod frecvent, în viața preoților, experiența de cincizeci de ani este experiența unui an repetată de cincizeci de ori.”

Tu obții aceleași soluții la care să te raportezi: așa îi tratezi pe alcoolici; așa îi tratezi pe preoți; așa îi tratezi surorile; așa îi tratezi pe cei divorțați.

Dar asta nu este înțelepciune.

Înțelepciune înseamnă să fii sensibil la *această* situație, la *această* persoană, neinfluențat de vreun rest din trecut, fără rămășițe din experiențele trecute. Iată ceva complet diferit de ce sunt obișnuiți să creadă cei mai mulți oameni. Aș adăuga încă o frază la cele pe care le-am citat: „Dacă inima nu este închisă, rezultatul este iubirea.”

Am vorbit foarte mult despre iubire în aceste zile, chiar dacă v-am spus că despre iubire nu e nimic de spus cu adevărat. Nu putem vorbi decât despre non-iubire. Noi putem vorbi doar despre dependențe. Dar despre iubirea însăși, nu se mai poate spune nimic explicit.

NIMIC DESPRE IUBIRE

Cum aș descrie eu iubirea? M-am decis să vă recomand una dintre temele de meditație pe care le prezint în noua carte pe care o scriu. Am să v-o citesc foarte încet; voi meditați la ea pe măsură ce înaintăm, pentru că aici trebuie s-o expun scurt și concis, cât să încapă în trei-patru minute; altfel mi-ar lua jumătate de oră. Este un comentariu pe marginea unei fraze din Evanghelie. Mă gândisem la o altă remarcă din Platon: „Nu poți face un sclav dintr-un om liber, pentru că un om liber rămâne liber, chiar și în închisoare.” Seamănă cu o altă frază din Evanghelie: „Dacă te pune cineva să mergi o milă, tu să mergi două.” V-ați putea imagina eventual că ați făcut din mine un sclav, punându-mi în spate o povară, dar nu este așa. Dacă un om încearcă să schimbe realitatea exterioară, stând în afara zidurilor închisorii pentru a fi liber, el este, în realitate, prizonier. Libertatea nu rezidă în circumstanțele exterioare; libertatea sălășluiește în inimă. Odată ce ai atins înțelepciunea, cine te mai poate înrobi? Oricum, ascultați acum pasajul din Evanghelie la care mă gândeam mai devreme: „El le-a cerut oamenilor să plece și, după ce a făcut asta, a urcat pe munte pentru a se ruga în singurătate. Se făcuse târziu și El era acolo de unul singur.”

Despre *aceasta* este vorba în iubire. Ți-a trecut vreodată prin cap că poți iubi, doar când ești singur? Ce înseamnă să iubești? Înseamnă să vezi un om, o situație, un lucru, așa cum este cu adevărat, nu cum îți imaginezi că este. Și să reacționezi la ele, așa cum merită. Este greu să ți se ceară să iubești ceea ce nici măcar nu vezi. Și oare ce ne împiedică pe noi să vedem? Condiționarea noastră. Conceptele noastre, categorisirile noastre, prejudecățile noastre, proiecțiile noastre, etichetele pe care le-am preluat din cultura noastră și din experiențele noastre trecute. Să vezi este cel mai greu lucru pe care îl poate face un om, pentru că cere o minte disciplinată și vigilentă. Dar cei mai mulți oameni ar prefera, mai degrabă, să decadă într-o stare de lenevie mentală, decât să se deranjeze să vadă fiecare persoană, fiecare lucru, în prospețimea momentului său prezent.

PIERDEREA CONTROLULUI

Dacă îți dorești să înțelegi controlul, gândește-te la un copilăș căruia i s-a cultivat o înclinație către droguri. Pe măsură ce drogurile pătrund în corpul copilului, acesta devine dependent; iar întreaga lui ființă cere drogul. Să stai fără droguri este un chin atât de insuportabil, că mai degrabă ai prefera să mori. Gândiți-vă la această imagine – corpul a devenit dependent de drog. Iar asta este exact ce ți-a făcut societatea, încă de când te-ai născut. Nu ai avut voie să te bucuri de hrana consistentă și hrănitore a vieții – și anume muncă, joacă, distracție, râsete, compania oamenilor, plăcerile simțurilor și ale minții. Ți s-a cultivat o înclinație către drogul numit aprobare, apreciere, atenție.

Îl voi pomeni aici pe un om deosebit, un om pe nume A. S. Neill. El este autorul lucrării *Summerhill*. Neill spune că recunoști un copil bolnav, după felul în care se învârteste mereu pe lângă părinții lui; pe el îl interesează *persoanele*. Copilul sănătos nu este interesat de persoane, pe el îl interesează *lucrurile*. Când un copil este sigur de iubirea mamei lui, uită de ea; el pornește să exploreze lumea; este curios. Umblă după o broască și încearcă să o bage în gură – genul acesta de lucruri. Când copil stă mai mult pe lângă mama lui, e un semn rău; înseamnă că e nesigur. Poate că mama lui a încercat să absoarbă iubirea din el, nu să-i dea toată libertatea și siguranța de care are el nevoie. Mama l-a amenințat în multe moduri subtile că-l va abandona.

Așadar, ni s-a cultivat gustul pentru dependența de tot felul de droguri: aprobare, atenție, succes, a ajunge în vârf, prestigiu, să-ți vezi numele în ziar, putere, să fii șef. Ni s-a cultivat înclinația pentru lucruri cum ar fi, să fii căpitanul echipei sportive, să conduci o trupă muzicală etc. Prin înclinația către aceste droguri, am devenit dependenți și am început să ne temem că le pierdem. Amintește-ți de lipsa de control pe care ai simțit-o, de spaima la perspectiva eșecului sau a greșelilor, la perspectiva că alții te vor critica. Astfel ai devenit cumplit de dependent de alții și ți-ai pierdut libertatea. Acum, alții au puterea să te facă fericit sau nefericit. Tânjești după drogurile tale și, cu toate că

urăști suferința pe care ele ți-o aduc, descoperi că ești complet neajutorat. Nu există clipă în care, conștient sau inconștient, să nu percepi reacțiile altora, ori să nu te străduiești să te adaptezi lor, sau să nu mergi în pas de marș în cadența tobelor lor.

Iată o definiție frumoasă, pentru cineva care s-a trezit: cel care nu mai merge în pas de marș, în cadența tobelor societății; cel care dansează pe melodia ce izvorăște din interior. Când ești ignorat sau dezaprobat, trăiești o singurătate atât de insuportabilă, încât te târăști înapoi la oameni și cerșești drogul consolator numit sprijin, încurajare și siguranță. Să trăiești împreună cu oamenii, fiind în această stare, presupune o tensiune nesfârșită. „Iadul sunt ceilalți oameni”, a spus Sartre. Cât de adevărat.

Când ești în această stare de dependență, trebuie întotdeauna să te porți cât mai bine cu putință; nu poți să-ți permiți niciodată vreo neglijență; trebuie să te ridici la nivelul așteptărilor. Să fii alături de oameni, înseamnă să trăiești în tensiune. Să fii fără ei, aduce agonia singurătății, deoarece îți lipsesc. Ți-ai pierdut capacitatea de a-i vedea exact așa cum sunt ei și de a reacționa corect față de ei, deoarece percepția ta despre ei este eclipsată de nevoia de a-ți obține drogul. Tu îi vezi numai în măsura în care, fie îți sunt de ajutor pentru a-ți obține drogul, fie reprezintă o amenințare că-ți va fi luat drogul. Conștient sau inconștient, îi privești mereu pe oameni cu acești ochi. Te întrebi: „Voi obține ce vreau de la ei, nu voi obține ce vreau de la ei? Și dacă ei nici nu mă ajută, dar nici nu-mi amenință drogul, nu mă interesează câtuși de puțin.” E îngrozitor, dar mă întreb dacă este cineva aici de față, despre care nu se poate spune același lucru.

ASCULTÂND VIAȚA

Adevărul e că ai nevoie de conștiință și ai nevoie de hrană. Ai nevoie de hrană bună, sănătoasă. Învață să te bucuri de hrana consistentă a vieții. Hrană bună, vin bun, apă bună. Gustă-le. Ieși din minți și vino la simțuri. Asta înseamnă alimentație bună, sănătoasă. Plăcerile simțurilor și plăcerile minții. Lectură bună, când te bucuri de o carte bună. Sau o discuție bună, sau gânduri cu adevărat bune. Este extraordinar. Din păcate, oame-

nii au luat-o razna și devin din ce în ce mai dependenți, deoarece nu știu să se bucure de lucrurile minunate ale vieții. Așa că se dedică unor stimulente artificiale, tot mai puternice.

În anii '70, președintele Carter a apelat la poporul american să accepte o perioadă de austeritate. În sinea mea, m-am gândit: N-ar trebui să le spună să fie austeri, dimpotrivă, trebuia să le spună să se bucure de lucruri. Mulți dintre ei și-au pierdut capacitatea de a se bucura. Eu realmente cred că majoritatea oamenilor din țările bogate și-au pierdut această capacitate. Ei trebuie să aibă cât mai multe jucării scumpe; nu se pot bucura de lucrurile simple ale vieții. Am intrat în magazine în care se găsește cea mai frumoasă muzică și de unde se pot cumpăra discuri cu reducere, toate sunt îngrămădite unele peste altele, dar n-am observat vreodată pe cineva să le asculte – nu avem timp, nu avem timp, nu avem timp.

Oamenii sunt vinovați, nu au timp să se bucure de viață. Sunt surmenați ... mergi, mergi, nu te opri! Dacă te-ai bucura cu adevărat de viață și de simplele plăceri ale simțurilor, ai fi uimit. Ai căpăta acea disciplină extraordinară a animalului. Un animal nu va mânca niciodată prea mult. Lăsat în habitatul său natural, nu se va îngrășa niciodată peste măsură. Nu va bea, nici nu va mânca vreodată ceva dăunător sănătății. N-ai să vezi niciodată un animal fumând. El va face întotdeauna mișcare, doar cât îi trebuie – uită-te la pisica ta după ce a mâncat, privește-o cât e de relaxată. Și uite-te cum, brusc, redevine vioaie. Privește ce membre suple și ce trup sprinten are.

Noi am pierdut această capacitate. Noi ne pierdem în gândurile, în ideile și idealurile noastre și așa mai departe și iarăși ... mergi, mergi mereu, nu te opri. Și trăim un conflict interior, pe care animalele nu-l cunosc. Și ne condamnăm într-una și ne facem să ne simțim vinovați. Știi ce vreau să spun. Aș putea spune despre mine ce mi-a spus, cu câțiva ani în urmă, un prieten iezeit: „Ia farfuria asta cu dulciuri de-aici, pentru că în fața unei farfurii cu prăjiturile sau cu ciocolată îmi pierd libertatea.” Același lucru era valabil și pentru mine; mi-am pierdut libertatea în fața a tot felul de lucruri – dar acum, gata! Mă mulțumesc cu puțin – dar de care mă bucur intens. Dacă ai apucat să te bucuri intens de

ceva, ai nevoie de foarte puțin. Așa se întâmplă cu oamenii care-și bat capul cu planificarea vacanței; își petrec luni de zile cu planurile, ajung la locul respectiv, după care sunt cu toții nerăbdători să-și facă rezervări pentru zborul de întoarcere. Dar fac poze și, mai târziu, îți vor arăta într-un album fotografii ale unor locurilor pe care nu le-au văzut niciodată, doar le-au fotografiat. Acesta e simbolul vieții moderne.

Nu pot să vă avertizez îndeajuns asupra acestui tip de așezare. Lăsați-o mai încet și savurați, mirosiți, ascultați și dați-le voie simțurilor să revină la viață. Dacă doriți un drum regal către misticism, așezați-vă în liniște și ascultați toate sunetele din jurul vostru. Nu vă focalizați pe un sunet anume; încercați să le auziți pe toate. O, veți vedea miracolele care vi se întâmplă, atunci când simțurile vi se deblochează. Acest lucru este extrem de important pentru procesul schimbării.

SFÂRȘITUL ANALIZEI

Vreau să vă dau o idee despre diferența dintre analiză și conștiință sau acumulare de cunoștințe pe de o parte, și discernământ sau intuiție pe de alta. Cunoștințele nu sunt discernământ, analiza nu este conștiință, cunoașterea nu este conștiință. Să presupunem că intru cu un șarpe înfășurat pe mână și-ți spun: „Vezi șarpele care mi se urcă pe braț? Înainte să vin la întrunire, m-am uitat într-o enciclopedie și am aflat că acest șarpe este cunoscut ca vipera lui Russell. Dacă mă mușcă, mor în jumătate de minut. Vreți să fiți drăguți să-mi spuneți prin ce metode și mijloace pot scăpa de această creatură încolăcită pe mâna mea?” Cine vorbește astfel? Am cunoștințe, dar nu am conștiință.

Sau, să presupunem că mă distrug cu băutura. „Descrieți, vă rog, metode și mijloace prin care aș putea scăpa de această dependență.” O persoană care ar spune așa ceva nu are conștiință. Ea știe că se distruge, dar nu este conștientă de acest fel. Dacă ar fi conștientă, dependența ar dispărea instantaneu. Dacă aș fi conștient de ce anume este șarpele, nu mi l-aș mai da jos de pe mână și *el ar dispărea prin mine*. Asta vreau să spun, asta e schimbarea despre care vorbesc. Tu nu te schimbi pe tine însuși; nu *mine* îl

schimbă pe *'mine'*. Schimbarea are loc *prin tine*, în tine. Mi se pare modul cel mai adecvat pentru a exprima acest lucru. Îți dai seama că schimbarea are loc în tine, prin tine; că ea se întâmplă în conștiința ta. Nu o faci *tu*. Când o faci tu, este un semn rău; nu va dura. Și dacă durează, Dumnezeu să aibă îndurare de cei ce sunt alături de tine, căci ai să te arăți extrem de rigid. Este imposibil să trăiești cu oameni care se convertesc pe baza urii de sine și a dezamăgirii de sine. Cineva spunea: „Dacă vrei să fii martir, căsătorește-te cu un sfânt.” Dar în conștiință îți păstrezi blândețea, finețea, delicatetea, deschiderea, flexibilitatea și nu forțezi nimic – schimbarea are loc de la sine.

Îmi amintesc de un preot din Chicago, pe când eram student la psihologie, care ne spunea: „Știți, am posedit toate cunoștințele de care am avut nevoie; am știut că alcoolul mă distruge și, credeți-mă, nimic nu-l schimbă pe un alcoolic – nici măcar iubirea soției și copiilor lui. El îi iubește, dar asta nu-l schimbă. Am descoperit un singur lucru care m-a schimbat. Într-o zi, zăceam în șanț, în burniță. Am deschis ochii și mi-am dat seama că o să mor. Am realizat acest lucru și, de atunci, n-am mai dorit niciodată să mă ating de o picătură de alcool. De fapt, am mai băut un pic de atunci, dar niciodată atât cât să-mi facă rău. N-am putut s-o fac și nici acum nu pot.” Despre asta vă vorbesc: conștiință. Nu cunoștințe, ci conștiință.

Un prieten de-al meu, fumător pătimaș, mi-a spus: „Știi, circulă tot felul de glume despre fumat. Se spune că tutunul ucide, dar uită-te la vechii egipteni; au murit toți, deși nici unul nu fuma”. Ei bine, la un moment dat a avut probleme cu plămânii și s-a dus la institutul de cercetări pentru cancer din Bombay. Medicul i-a spus: „Părinte, ai două pete pe plămâni. Poate fi cancer, așa că va trebui să revii la control luna viitoare.” Din acea clipă, el nu s-a mai atins de țigări. Înainte, *știa* că fumatul l-ar putea ucide; acum, el era *conștient* de asta. Iată diferența.

Fondatorul ordinului meu religios, Sfântul Ignatius, are o expresie frumoasă pentru asta. El o definește ca a gusta și a simți adevărul – nu a-l cunoaște, ci a-l gusta și a-l simți, a avea senzația adevărului. Când ai senzația adevărului, te schimbi. Când îl cunoști doar cu mintea, nu te schimbi.

MOARTEA ANTICIPATĂ

Le-am spus adesea oamenilor că modalitatea de a trăi cu adevărat este să mori. Pașaportul către viață este să vă imaginați pe voi înșivă în mormânt. Imaginați-vă întinși în sicriu. În orice poziție vreți. În India, noi așezăm morții cu picioarele încrucișate. Uneori sunt transportați așa, până la locul de incinerare, iar, alteori, sunt întinși. Așadar, imaginați-vă că ați murit și sunteți întinși. Acum, priviți la problemele voastre, din acest unghi de vedere. Se schimbă totul, nu-i așa?

Ce temă frumoasă de meditație – tare frumoasă. Repetați-o zilnic, dacă aveți timp. Este incredibil, dar veți învia. Într-una din cărțile mele, *Wellsprings*, prezint și eu o meditație pe această temă. Îți vezi corpul descompunându-se, apoi devenind oase, apoi țărână. De fiecare dată când vorbesc despre asta, oamenii spun: „Ce dezgustător!”

Dar ce e atât de dezgustător aici? Este realitatea, pentru numele lui Dumnezeu! Dar mulți dintre voi nu vor să vadă realitatea. Voi nu vreți să vă gândiți la moarte. Oamenii nu trăiesc; cei mai mulți dintre voi nu trăiți, doar vă mențineți corpul în viață. Asta nu e viață. Nu trăiți decât atunci când nu va conta câtuși de puțin dacă sunteți vii sau morți. În acel punct, veți fi în viață.

Când sunteți gata să vă pierdeți viața, atunci o trăiți. Dar dacă vă protejați viața, sunteți de fapt morți. Dacă stai sus în pod și eu îți spun: „Coboară!” și tu spui: „O nu, am citit despre oameni care au coborât scările, au alunecat și și-au frânt gâtul; este prea periculos.” Sau nu te pot convinge să traversezi strada, fiindcă spui: „Știi câți oameni sunt călcați de mașină, când traversează strada?” Dacă nu te pot face să traversezi strada, cum te pot face să traversezi un continent? Dacă nu te pot face ca, din credințele și convingerile tale mici și înguste, să tragi cu coada ochiului și să vezi o altă lume, ești mort, ești mort de tot; viața a trecut pe lângă tine. Stai înfricoșat în mica ta închisoare; Îl vei pierde pe Dumnezeu, îți vei pierde religia, prietenii, tot felul de alte lucruri. Viața este făcută pentru cel care riscă și joacă într-adevăr. Asta spunea Iisus. Ești gata să riști? Știi când vei fi

gata să-ți riști viața? Exact atunci când descoperi acest lucru, când știi că lucrul pe care oamenii îl numesc viață, nu este viață cu adevărat. Oamenii cred în mod greșit că a trăi înseamnă să-ți menții corpul în viață.

Deci, iubiți gândul morții, iubiți-l. Întoarceți-vă la el, iar și iar. Gândiți-vă la frumusețea acelu cadavru, acelu schelet, acelor oase care se descompun până rămâne doar o mână de țărână. Mai departe ... ce ușurare, ce ușurare. Probabil că unii dintre voi nu știu despre ce vorbesc eu aici; sunteți prea speriați, pentru a vă gândi la asta. Dar e o asemenea ușurare, atunci când te poți uita înapoi la viață, din acea perspectivă.

Sau vizitați un cimitir. Este o experiență nemaipomenită de purificatoare și frumoasă. Te uiți la un nume și spui: „Doamne, el a trăit cu atât de mulți ani în urmă, cu două secole în urmă; trebuie să fi avut aceleași probleme pe care le am și eu, trebuie să fi avut multe nopți nedormite. Ce nebunie, trăim atât de puțin timp! Un poet italian a spus: „Noi trăim într-o licărire de lumină; vine seara și se face noapte pentru vecie.” Este doar un licăr, iar noi îl irosim. Îl irosim cu neliniștile, cu grijile, cu preocupările, cu poverile noastre. Acum, dacă faci această meditație, te poți alege doar cu cunoașterea; dar ai putea ajunge și la conștiință. Și, în acel moment al conștiinței, tu ești *nou*. Măcar cât ține acea clipă. Atunci vei afla diferența între acumularea de cunoștințe și conștiință.

Un prieten astronom îmi spunea, recent, câteva lucruri fundamentale despre astronomie. Până să-mi spună el, nu știam că, atunci când vezi soarele, îl vezi acolo unde era cu opt minute și jumătate înainte, nu unde este el acum. Asta, deoarece unei raze de soare îi trebuie opt minute și jumătate să ajungă la noi. Astfel că noi nu-l vedem unde este; el e deja în altă parte. Și stelele ne-au trimis lumina lor, timp de sute de mii de ani. Dar, când le privim, s-ar putea ca ele să nu fie acolo unde le vedem; ar putea fi în altă parte. Astronomul spunea că, dacă ne imaginăm o galaxie, un univers întreg, acest Pământ al nostru ar fi undeva, pierdut spre capătul cozii Căii Lactee; nici măcar în centru. Și fiecare dintre stele este un soare, iar unii soți sunt atât de mari, că ar putea cuprinde Soarele și Pământul și distanța dintre ele. La o

estimare moderată, există o sută de milioane de galaxii! Universul, așa cum îl știm, se dilată cu o viteză de două milioane de mile pe secundă. Am fost fascinat ascultând toate astea și, când am ieșit din restaurantul unde mâncasem, am privit în sus și am avut un sentiment diferit, o perspectivă diferită a vieții. Aceasta este conștiința. Așa că voi puteți lua toate astea la rece (și asta înseamnă acumulare de cunoștințe), ori să căpătați, dintr-o dată, o altă perspectivă asupra vieții – ce suntem noi, ce este acest univers, ce este viața omului? La asta mă refer când vorbesc de conștiință – momentul când ajungi la acest sentiment.

TĂRÂMUL IUBIRII

Dacă am renunța la iluzii din cauza a ceea ce ne pot ele oferi, sau a ceea ce ne pot lua, am fi extrem de atenți. Dacă n-o facem, consecințele sunt înspăimântătoare și inevitabile. Ne pierdem capacitatea de a iubi. Dacă-ți dorești să iubești, trebuie să înveți să vezi din nou. Și dacă-ți dorești să vezi, trebuie să renunți la drogul tău. Nimic mai simplu. Renunță la dependența ta. Rupe tentaculele societății, care te încolăcesc și te sufocă. Trebuie să renunți la ele.

În exterior totul va decurge ca înainte dar, cu toate că tu vei continua să fii în lume, tu nu vei mai fi *al ei*. În inima ta, acum vei fi liber, în sfârșit, chiar dacă te vei simți îngrozitor de singur. Dependența ta de drog va muri. Nu trebuie să te duci în deșert; ești chiar în mijlocul oamenilor; te bucuri foarte mult de ei. Dar ei nu mai au puterea de a te face fericit sau nefericit.

Asta înseamnă singurătate. În această solitudine, dependența ta moare. Se naște capacitatea de a iubi. Ceilalți nu mai sunt văzuți ca un mijloc de a satisface o dependență. Doar cineva care a încercat asta, cunoaște terorii procesului. Este ca și cum te-ai invita singur să mori. Este ca și cum i-ai cere sărmanului dependent de drog să renunțe la singura fericire pe care a cunoscut-o vreodată. Cum s-o înlocuiești cu gustul de pâine și fructe și cu gustul pur al aerului de dimineață, cu dulceața apei de pârâu de munte? În timp ce omul se luptă cu simptomele de renunțare la drog și cu pustiul pe care îl simte în el, acum când

drogul nu mai există, nimic nu poate umple golul, în afara drogului lui. Îți poți imagina o viață în care refuzi să te bucuri, să-ți obții plăcerea oferită de un singur cuvânt de apreciere, sau să-ți odihnești capul pe umărul cuiva care te sprijină?

Gândește-te la o viață în care nu depinzi emoțional de nimeni – așa că nimeni nu mai are puterea să te facă fericit sau nefericit. Refuzi să *ai nevoie* de vreo persoană anume, sau să fii special pentru cineva, sau să consideri că un om îți aparține. Păsările cerului au cuiburile lor, iar vulpile vizuinele lor, însă tu nu vei avea unde să-ți odihnești capul, în călătoria ta prin viață. Dacă ajungi vreodată la această stare, vei ști, în sfârșit, ce înseamnă să vezi, având o viziune clară și neîntunecată de frică sau dorință. Fiecare cuvânt de aici este cântărit. *Să vezi, în sfârșit, având o viziune clară și neîntunecată de frică sau dorință.* Vei ști ce înseamnă să iubești. Dar, pentru a ajunge pe tărâmul iubirii, trebuie să treci prin durerile morții – pentru că, a iubi pe cineva, înseamnă să mori față de nevoia de a fi cu alți oameni și să fii complet singur.

Cum veți ajunge vreodată la acest punct? Printr-o conștiință neîncetată, printr-o răbdare și compasiune infinită, ca cea pe care o aveți față de un dependent de droguri; dezvoltând-vă gustul pentru lucruri bune în viață, pentru a contracara pofta de drogul tău. Ce lucruri bune? Dragostea pentru munca pe care te bucuri să o faci de dragul iubirii; bucuria de a râde și de a fi aproape de oamenii de care nu te agăți și de care nu depinzi emoțional, dar a căror companie îți face plăcere. Te va ajuta și să accepți activități pe care le poți face cu *întreaga ta ființă* – activități care-ți plac atât de mult, încât atâta timp ce ești prins în ele, succesul, recunoașterea și aprobarea celorlalți nu înseamnă nimic pentru tine. Îți va mai fi de folos să te reîntorci la natură. Evită gloata, urcă pe munți și comunică în tăcere cu pomii, cu florile, cu animalele, cu păsările, cu marea și norii, cu cerul și stelele. V-am spus ce bun exercițiu spiritual este să privești totul – să fii conștient de tot ce se află în jurul tău.

Să sperăm că vorbele vor dispărea, conceptele vor dispărea și tu vei vedea, vei intra în contact cu realitatea. Acesta este tratamentul pentru singurătate.

În general, noi căutăm să vindecăm singurătatea prin dependența emoțională de oameni, prin apartenența la turma socială și prin zgomot. Acesta nu este tratament. Întoarce-te la tot ce te înconjoară, întoarce-te la natură, urcă pe munți. Atunci vei înțelege că inima te-a dus la vastul deșert al solitudinii, că nu e nimeni lângă tine, absolut nimeni.

La început, asta ți se va părea de nesuportat, dar numai pentru că nu ești învățat cu singurătatea. Dacă reușești să rezisti un timp, deșertul va înflori dintr-o dată, în iubire. Inima ta va cânta. Și va fi primăvară pentru totdeauna; drogul va fi eliminat; tu ești liber. Atunci vei înțelege ce este libertatea, ce este iubirea, ce este fericirea, ce este realitatea, ce este adevărul, ce este Dumnezeu. Vei vedea, vei ști dincolo de concepte și de condiționare, de dependențe și atașamente. Înțelegeți asta?

Haideți să închei cu o istorie frumoasă.

A fost odată un bărbat care a inventat arta de a face focul. El și-a luat uneltele și a mers la un trib în nord, unde era foarte frig, amarnic de frig. El i-a învățat pe oameni să facă focul. Oamenii au fost foarte interesați. El le-a arătat în câte feluri puteau utiliza focul – să gătească, să se încălzească etc. Erau foarte recunoscători că au învățat arta de a face focul. Dar, înainte de a-și putea exprima recunoștința față de acel om, acesta a dispărut. El nu ținea să obțină aprecierea sau recunoștința lor; singura lui grijă era binele lor. A mers apoi la un alt trib, unde a început din nou să le arate valoarea invenției sale. Și acolo oamenii au fost interesați, un pic prea interesați pentru liniștea sufletească a preoților lor, care au început să-și dea seama că acest om atrage mulțimea, iar ei își pierd popularitatea. Așa că au decis să-l înlăture. L-au otrăvit, l-au răstignit, spuneti-i cum vreți. Dar acum li se făcuse teamă că oamenii s-ar putea întoarce împotriva lor, așa că au fost foarte prevăzători, chiar vicleni. Știți ce au făcut? Ei au făcut un portret al omului și l-au montat pe altarul principal al templului. Instrumentele de făcut focul au fost amplasate în fața portretului, iar oamenii au fost învățați să venereze portretul și să facă plecăciuni spre uneltele de foc – lucru pe care l-au făcut supuși, timp de secole. Venerația și închinăciunile au continuat, dar acolo nu mai era nici un foc.

Unde este focul? Unde este iubirea? Unde este drogul smuls din organismul vostru? Unde este libertatea? Despre asta e vorba în spiritualitate.

În mod tragic, noi tindem să pierdem din vedere acest lucru, nu-i așa? Aceasta înseamnă Iisus Christos. Dar noi punem un accent prea mare pe invocația „Doamne, Dumnezeule”, nu-i așa? Unde este focul? Și dacă venerația nu conduce la foc, dacă adorația nu conduce la iubire, dacă liturghia nu conduce la o percepție mai clară a realității, dacă Dumnezeu nu conduce la viață, la ce folosește religia, în afară de faptul că va crea mai multă separare, mai mult fanatism, mai mult antagonism? Nu din lipsa religiei – în sensul obișnuit al cuvântului – suferă lumea, ci din cauza lipsei iubirii, a lipsei conștiinței. Iar iubirea e generată prin conștiință și nicicum altfel – nicicum altfel. Înțelegeți ce obstacole puneți în calea iubirii, libertății și fericirii, iar ele se vor prăbuși. Aprindeți lumina conștiinței, iar întunericul va dispărea.

Fericirea nu o dobândești; iubirea nu o produci; iubirea nu o ai; iubirea *te are ea pe tine*. Tu nu stăpânești vântul, stelele, ploaia. Tu nu le deții, ci te abandonezi în seama lor. Iar asta se petrece atunci când ești conștient de iluziile tale, când ești conștient de dependențele tale, când ești conștient de dorințele și temerile tale. După cum v-am spus mai devreme, mai întâi e de mare ajutor intuiția psihologică, nu analiza; analiza înseamnă paralizie. Discernământul, intuiția nu înseamnă neapărat analiză.

Unul dintre marii terapeuți americani a spus excelent: „Experiența *Aha!*” este cea care contează”.^{*} Nu folosește cu nimic să te rezumi la analiză; ea nu îți dă decât informații. Dar dacă ai putea produce experiența lui *Aha!*, aceasta ar fi cu adevărat intuiție. Asta ar fi schimbarea.

În al doilea rând, este important să-ți înțelegi dependența. Ai nevoie de timp. Vai, se acordă prea mult timp adorației și odelor de slavă, ca și intonării de cântece – timp care ar putea fi folosit mult mai bine pentru înțelegerea de sine. Comunitatea nu se creează prin participarea la slujbe religioase.

^{*} cunoaștere bazată pe intuiție și nu pe folosirea mentalului. Este vorba despre momentul în care ți se revelează brusc un adevăr și exclami: „*Aha, deci despre asta era vorba!*” N. T.

În străfundurile inimii știi la fel ca mine că astfel de slujbe servesc doar pentru a trece cu vederea diferențele. Comunitatea este creată prin înțelegerea opreliștilor pe care le punem în calea comunității, prin înțelegerea conflictelor care răsar din fricile noastre și din dorințele noastre. Acesta este punctul în care se naște comunitatea. Trebuie să ne ferim mereu să facem din adorație doar un alt mijloc de a ne abate de la ocupația importantă de a trăi. A trăi nu înseamnă a lucra în guvern, sau a fi un mare om de afaceri, sau a săvârși mari acte de caritate. Asta nu înseamnă a trăi. A trăi înseamnă să renunți la toate impedimentele și să trăiești cu proștețime, în clipa de față. „Păsările cerului ... nici nu torc, nici nu țes” – aceasta înseamnă să trăiești.

Am început prin a spune că oamenii sunt adormiți, morți. Oameni morți care conduc guverne, oameni morți care conduc mari firme, oameni morți care-i educă pe alții. Revino la viață! Mersul la biserică trebuie să te ajute, altfel este inutil. Și treptat – știi la fel de bine ca mine – pierdem tineretul de pretutindeni. Tinerii ne urăsc; ei nu au nici un chef să adune și mai multe spaime și vinovății pe cap. Nu-și doresc să aibă parte de și mai multe predici și îndemnuri. Dar își doresc să învețe despre iubire. Cum pot să fiu fericit? Cum pot să trăiesc? Cum pot să mă înfrupt din lucrurile extraordinare despre care vorbesc misticii? Iată, deci, care este al doilea lucru – *înțelegerea*. Al treilea, *să nu te identifiți*. Astăzi, pe drumul încoace, cineva m-a întrebat „Te simți vreodată abătut?” Și încă ce abătut mă simt din când în când. Îmi încasez loviturile. Dar asta nu durează, chiar nu durează. Cum fac? Primul pas: *nu mă identific cu starea mea*. Iată că mă copleșește un sentiment de amărăciune. Dar, în loc să devin mai tensionat și mai iritat din cauza lui, acest sentiment mă face să înțeleg că sunt deprimat, dezamăgit, sau ceva de genul ăsta. Al doilea pas: *recunosc că sentimentul se află în mine, nu în celălalt* – cum ar fi cel care nu mi-a răspuns la scrisoare – și nu în lumea exterioară; el este în mine. Pentru că, atâta timp cât cred că este în afara mea, mă simt îndreptățit să mă agăț de sentimentele mele. Nu pot spune că toată lumea simte așa; de fapt, numai proștii pot simți astfel, numai oamenii adormiți. Al treilea pas: *nu mă identific cu sentimentul*. „Eu” nu este acel sen-

timent. „Eu” nu sunt singur: „eu” nu sunt deprimat: „Eu” nu sunt dezamăgit. Dezamăgirea există *acolo* – poate fi privită. Vei fi uimit cât de repede se evaporă. Orice lucru de care ești conștient continuă să se schimbe; norii continuă să se miște. Pe măsură ce faci asta, începi să înțelegi tot felul de lucruri, inclusiv motivul pentru care au apărut norii.

Am aici un citat minunat, câteva fraze pe care le-aș scrie cu litere de aur. Le-am găsit în cartea lui A. S. Neill, *Summerhill*. Trebuie să vă pun în temă. Probabil că știți că Neill a lucrat ca profesor timp de patruzeci de ani. El a dezvoltat un fel de școală de avangardă. A adunat la un loc fete și băieți și, pur și simplu, i-a lăsat liberi. Vrei să înveți să citești și să scrii, bine; nu vrei să înveți să citești și să scrii, iar bine. Poți face cu viața ta orice dorești, atâta timp cât nu îngrădești libertatea altora. Nu îngrădi libertatea altora; în rest, ești liber. Neill spune că cei mai răi care au venit la el erau de la școala unei mănăstiri. Asta era pe vremuri, bineînțeles. El a spus că le-au trebuit aproape șase luni să-și depășească toată furia și resentimentele pe care le reprimaseră. Timp de șase luni s-au revoltat, au luptat cu sistemul. Cea mai rea a fost o fată care pornea cu bicicleta prin oraș, ocolind lecțiile, ocolind școala, ocolind orice altceva. Dar, odată ce și-au depășit revolta, toți au vrut să învețe; ba chiar au început să protesteze: „De ce nu facem lecții astăzi?” Dar preluau numai ce îi interesa. Și s-au transformat. La început, părinților le-a fost teamă să-și trimită copiii la această școală. Ei spuneau: „Cum îi puteți educa, dacă nu-i disciplinați? Trebuie să-i învățați, să-i îndrumați.” Care a fost secretul succesului lui Neill? El a luat cei mai răi copii, cei față de care toți ceilalți își pierduseră nădejdea și, în șase luni, toți se schimbaseră. Ascultați ce spune el – cuvinte extraordinare, cuvinte sfinte: „Fiecare copil îl are în el pe Dumnezeu. Încercările noastre de a modela copilul, îl vor transforma pe Dumnezeu în diavol. Copiii vin la școala mea ca niște drăcușori, cu ură de lume, distructivi, neciopliți, mincinoși, hoți, violenți. În șase luni, ei devin niște copii fericiți, sănătoși, care nu fac nici un rău.” Acestea sunt cuvinte uimitoare, venite de la un om a cărui școală din Marea Britanie este inspectată cu regularitate de reprezentanții Ministerului Educației, de orice direc-

tor de școală, sau de toți cei care vor s-o vadă. Uimitor. Secretul este farmecul lui personal. Nu realizezi așa ceva după un model; trebuie să fii o persoană specială. În unele dintre prelegerile sale către directori de școală, el spune: „Veniți la Summerhill și veți găsi toți pomii încărcăți cu roade; nimeni nu smulge roadele din pom; nu există dorință de a contesta autoritatea; copiii sunt bine hrăniți și nu există resentiment sau supărare. Veniți la Summerhill și nu veți găsi vreun copil handicapat căruia să i se fi aplicat o poreclă (știți cât de nemiloșii pot fi copiii, când cineva se bâlbaie). Nu veți găsi niciodată pe cineva care să-l necăjească pe un bălbăit. Acei copii nu cunosc violența, fiindcă nu sunt violentați de nimeni.” Ascultați aceste cuvinte sacre, cuvinte care sunt ca o revelație. Întâlnim în lume astfel de oameni. Nu contează ce-ți spun erudiții și preoții și teologii, există și au existat oameni care nu cunosc altercații, gelozii, conflicte, războaie, dușmăanii – nimic din toate astea! Îi întâlnești în țara mea sau – regret că trebuie să o spun – au existat până de curând. Am avut prieteni iezuiți care s-au dus să trăiască și să muncească printre oameni care, după cum m-au asigurat ei, erau incapabili să fure sau să mintă. O călugăriță mi-a spus că oamenii din triburile din nord-estul Indiei, printre care s-a dus să lucreze, nu țin nimic sub cheie. Niciodată nu se furase nimic și nimeni nu mințise vreodată – până la apariția guvernului indian și a misionarilor.

Fiecare copil îl poartă pe Dumnezeu în el; încercările noastre de a modela copilul îl vor transforma pe Dumnezeu în diavol.

Există un film italian minunat, în regia lui Federico Fellini – „8 1/2”. Într-o scenă apare un călugăr creștin care merge la un picnic, sau într-o excursie, cu un grup de băieți de optzece ani. Grupul se plimbă pe plajă, mai mulți copii merg în față, iar călugărul este cu alți trei-patru copii în urma lor. În drum întâlnesc o femeie mai în vârstă – o prostituată – pe care o salută: „Bună”, iar ea răspunde: „Bună”. Și ei spun: „Cine ești?” Iar ea zice: „Eu? O prostituată”. Ei nu știu ce înseamnă asta, dar se prefac că știu. Unul dintre băieți, care pare mai știutor decât ceilalți, spune: „O prostituată este o femeie care face anumite lucruri, dacă o plătești.” Ei întreabă: „Ar face lucrurile acelea, dacă am plăti-o?”

„De ce nu?”, vine răspunsul. Așa că fac chetă și-i dau banii, spunând: „Ai face acum anumite lucruri, dacă-ți dăm banii?” Ea răspunde: „Bineînțeles copii, ce vreți să fac?” Singurul lucru care le-a trecut prin cap copiilor este ca ea să se dezbrace. Așa și face. Ei bine, ei o privesc; nu mai văzuseră până atunci o femeie goală. Nu mai știu ce altceva să facă, așa că spun: „Vrei să dansezi?” Ea spune: „Bineînțeles”. Așa că au înconjurat-o cântând și aplaudând; prostituata își mișcă dosul, iar ei se bucură grozav. Fratele vede toate acestea. Vine în fugă și țipă la femeie. O convinge să se îmbrace, iar povestitorul spune: „În acea clipă, copiii s-au schimbat; până atunci ei erau inocenți și frumoși.”

Aceasta nu este o problemă neobișnuită. Cunoscut un misionar ceva mai conservator din India, un iezuit, care a venit la un seminar de-al meu. Timp de două zile cât am discutat această temă, el a suferit. A doua seară, a venit la mine și mi-a spus: „Tony, nu-ți pot spune cât de mult sufăr, ascultându-te”. Eu am întrebat: „De ce, Stan?” El a răspuns: „Faci să reînvie în mine o întrebare pe care am înăbușit-o timp de douăzeci și cinci de ani, o întrebare oribilă. Mă întreb, iar și iar: *Oare nu mi-am distrus oamenii făcându-i creștini?*” Acest iezuit nu era un liberal, era un credincios ortodox, devotat, evlavios, conservator. Dar i s-a părut că a distrus niște oameni fericiți, iubitori, simpli, neprihăniți, făcându-i creștini.

Misionarii americani care au mers cu soțiile lor în insulele din sudul Pacificului, au fost îngroziți să vadă venind la biserică femeile cu sânii dezgoliți. Soțiile misionarilor au insistat ca femeile să se îmbrace mai decent. Așa că misionarii le-au dat bluze să se îmbrace. Duminica următoare, femeile au venit purtând acele bluze, dar cu două găuri mari decupate pentru confort, pentru aerisire. Ele aveau dreptate; misionarii greșeau.

Acum ... să revenim la Neill. El spune: „Eu nu sunt un geniu, sunt doar un om care refuză să îndrume pașii copiilor.” Dar atunci, ce se întâmplă cu păcatul original? Neill spune că fiecare copil are în el un Dumnezeu; încercările noastre de a-L modela îl vor transforma pe Dumnezeu într-un diavol. Neill îi lasă copiii să-și formeze propriile lor valori, care sunt invariabil bune și sociale. Îți vine să crezi așa ceva? Când un copil se simte

iubit (ceea ce înseamnă: când un copil simte că ești de partea lui), el este așa cum trebuie. Copilul nu mai trece prin experiența violenței. Nu există frică, deci nu există violență. Copilul începe să-i trateze pe ceilalți, așa cum a fost tratat și el. Trebuie să citești această carte. Este cu adevărat o carte sfântă. Citești-o; ea mi-a revoluționat viața și raporturile mele cu oamenii. Am început să văd miracole. Am început să văd dezamăgirea de sine care mi-a fost insuflată, concurența, comparațiile, acel nu-e-suficient-de-bine etc. Ai putea obiecta că, dacă n-aș fi fost împins de la spate, n-aș fi devenit ce sunt acum. Oare a fost realmente nevoie să fiu împins? Și oricum, cine vrea să fie ce sunt eu? Eu vreau să fiu fericit, eu vreau să fiu sfânt, eu vreau să fiu iubitor, eu vreau să fiu în armonie, eu vreau să fiu liber, eu vreau să fiu o ființă umană.

Știți cum se nasc războaiele? Din proiecția în afara noastră a conflictului care se află în interior. Arătați-mi un individ în care nu există conflict interior și vă voi arăta un individ în care nu există violență. El va acționa eficient, chiar brutal, dar nu vei găsi în el nici urmă de ură. Când acționează, se comportă ca un chirurg; când acționează, o face cum se poartă un învățător iubitor cu copiii retardați mintal, pe care nu-i învinovățești, îi înțelege; dar totuși te repezi să acționezi.

Pe de altă parte, când te repezi să acționezi, fără să fi rezolvat propria ta ură și violență, n-ai făcut decât să amplifici eroarea. Ai încercat să stingi focul, punând gaz pe foc. Ai încercat să oprești inundația, turnând apă în plus.

Repet ceea ce a spus Neill: „Fiecare copil are în el un Dumnezeu. Încercările noastre de a modela copilul, îl va transforma Dumnezeu într-un diavol. Copiii vin în școala mea ca niște mici diavoli, urând lumea, distructivi, nepoliticoși, mințind, furând, furioși. În șase luni, ei devin niște copii fericiți și sănătoși care nu fac nici un rău. Iar eu nu sunt un geniu, eu sunt doar un om care refuză să călăuzească pașii copiilor. Eu îi las să-și formeze propriile lor valori, iar valorile sunt invariabil bune și sociale. Religia care-i face pe oameni buni, îi face pe oameni și răi – dar religia cunoscută ca libertate îi face pe toți oamenii buni, căci distruge conflictul interior [eu am adăugat cuvântul „interior”], cel care îi transformă pe oameni în diavoli.”

Tot Neill a spus: „Primul lucru pe care-l fac, atunci când vine un copil la Summerhill, este să-i distrug conștiința.” Presupun că știți despre ce vorbește el, pentru că eu știu despre ce vorbește. N-ai nevoie de conștiință, atunci când ai conștiință; nu ai nevoie de conștiință, când ai sensibilitate. Nu ești violent, nu ești temător. Te gândești, probabil, că acesta este un ideal de neatins. Ei bine, citește acea carte. Eu am găsit pe ici, pe colo persoane care au descoperit dintr-o dată acest adevăr: Sursa răului este în tine. Pe măsură ce începi să înțelegi aceasta, încetezi să mai ai pretenții, încetezi să mai ai așteptări de la tine însuși, încetezi să te mai forțezi și ajungi să înțelegi. Alimentează-te cu o hrană completă – cu o hrană completă și bună. Nu vorbesc despre hrana fizică, eu vorbesc despre amurguri, despre natură, despre un film bun, despre o carte bună, despre muncă agreabilă, despre anturaj plăcut – și să sperăm că îți vei distruge dependențele de acele alte sentimente.

Ce fel de sentiment te cuprinde, când te apropii de natură, sau când lucrezi ceva ce-ți place? Sau când comunică, cu adevărat, cu un om de a cărui companie te bucuri în public și în intimitate, fără să te cramponezi de el? Ce fel de sentimente ai? Compară aceste sentimente cu cele pe care le ai când ieși învingător într-o dispută, sau într-o cursă, sau când devii foarte cunoscut, sau când toată lumea te aplaudă. Acestea din urmă sunt sentimentele pe care eu le numesc sentimente lumești; pe cele din urmă le numesc sentimente de suflet.

Mulți oameni câștigă lumea și își pierd sufletul. Mulți oameni trăiesc vieți goale, fără suflet; deoarece se hrănesc cu popularitate, apreciere și glorie – cu „Eu sunt perfect, tu ești perfect, privește-mă, acordă-mi atenție, susține-mă, prețuiește-mă”, cu a fi șeful, cu a avea putere, cu a câștiga cursa.

Cu asta te hrănești tu? Dacă da, ești mort. Ți-ai pierdut sufletul. Hrănește-te cu altă materie, mult mai hrănitoare. Atunci vei vedea cum are loc transformarea.

Ți-am oferit un întreg program de viață, nu-i așa?

ANTHONY DE MELLO, S.J., a fost directorul Institutului Sadhana de Consiliere Pastorală din Poona, India. Membru al provinciei iezuite din Bombay, a fost foarte cunoscut în țările vorbitoare de limbă engleză și spaniolă pentru conferințele, ședințele și seminariile sale despre rugăciune, cât și pentru cursurile de terapie – activitate în care a fost implicat timp de peste optsprezece ani, în toată lumea. Deși a murit subit în 1987, el a lăsat o bogată moștenire de învățături spirituale, prin textele sale scrise și înregistrate.

Reverendul J. FRANCIS STROUD, S.J., actualmente administrator de campus la Universitatea Fordham din New York, este concomitent și directorul executiv al Centrului de Spiritualitate De Mello și a lucrat îndeaproape cu Anthony de Mello, timp de opt ani.